



MODELO PARA TRABAJAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL A TRAVÉS DE LA EXPRESIÓN CORPORAL

TRABAJO FIN DE GRADO DE INVESTIGACIÓN



NOMBRE DEL ESTUDIANTE: *JENNIFER MUÑOZ MORENO*

NOMBRE DEL TUTOR: *JOSE CARLOS CARMONA SARMIENTO*

DEPARTAMENTO: *DIDÁCTICA DE LA EDUCACIÓN MUSICAL Y PLÁSTICA*

GRADO EN EDUCACIÓN PRIMARIA

ESPECIALIDAD DE EDUCACIÓN FÍSICA

2014/2015



ÍNDICE

| | |
|---|-----------|
| 1. RESUMEN..... | 3 |
| 2. INTRODUCCIÓN..... | 4 |
| 3. OBJETIVOS..... | 6 |
| 4. MARCO TEÓRICO..... | 7 |
| 4.1 La expresión corporal..... | 7 |
| 1.1.1 Aproximación al concepto de Expresión Corporal..... | 7 |
| 1.1.2 Períodos históricos de formación del profesorado de E.F..... | 10 |
| 1.1.3 Elementos de la Expresión Corporal..... | 17 |
| 1.1.4 La expresión Corporal como elementos curricular..... | 19 |
| 1.1.5 Valor de las emociones en Expresión Corporal..... | 21 |
| 4.2 Inteligencia emocional..... | 26 |
| 4.2.1 Precursores y origen científico de la Inteligencia Emocional..... | 26 |
| 4.2.2 Componentes de la Inteligencia Emocional..... | 28 |
| 4.2.3 Inteligencia Emocional y Educación..... | 31 |
| a) ¿Por qué la Inteligencia Emocional facilita el éxito académico?..... | 31 |
| b) Educación emocional..... | 34 |
| 4.3 Características psicológicas del alumnado de tercer ciclo..... | 36 |
| 5. METODOLOGÍA..... | 38 |
| 6. RESULTADOS Y DISCUSIÓN DE HALLAZGOS..... | 40 |
| 7. CONCLUSIONES, LIMITACIONES E IMPLICACIONES..... | 51 |
| 8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS..... | 57 |

1. RESUMEN

Este trabajo fin de grado está basado en la Inteligencia Emocional y en la Expresión Corporal. Esta idea surgió tras mi último período de prácticas como docente de Educación Física en la que pude comprobar que la Expresión Corporal está muy desvalorada en la Etapa de Educación Primaria. Por ello, pensé en ofrecer otra perspectiva distinta de la materia que resultase más útil para el alumnado a la vez que supusiera un reto para el profesorado. Por tanto, opté por relacionar dicha área con la Inteligencia Emocional ya que pienso que este término puede aportar numerosos beneficios al alumnado, especialmente en el área de Educación Física.

Para conseguir lo anteriormente explicado, pensé en realizar un trabajo de investigación. Para ello, tuve que indagar e investigar sobre autores que hablaran del tema para ponerlos a dialogar entre sí y finalmente poder ofrecer mi propia propuesta sobre el tema.

Al realizar este proyecto, he pretendido conseguir que la Expresión Corporal se perciba con otra perspectiva para intentar que se le proporcione un valor adecuado en su práctica.

Finalmente, este trabajo ha tenido una gran relevancia ya que he podido descubrir y ofrecer respuestas sobre un tema del que apenas se tiene conciencia.

Palabras claves: Método de enseñanza, Educación Física, cognición, docencia y afectividad

2. INTRODUCCIÓN

La decisión de llevar a cabo una investigación sobre este tema procede de la problemática surgida en las sesiones de Educación Física. Como bien sabemos, todo docente tiene que impartir una serie de contenidos en sus clases que vienen dictaminados por la ley correspondiente. Pues bien, uno de esos contenidos a impartir en las sesiones de Educación Física es la Expresión Corporal. Desde mi punto de vista considero que este contenido está muy maltratado por todos los profesionales de la materia e incluso por la propia ley ya que no recibe el mismo trato que los demás contenidos a tratar.

En otras palabras, considero que dicho contenido es tratado superficialmente dedicándose solamente las sesiones sobrantes del curso e incluso algunos docentes ni siquiera llegan a impartir este contenido ya que no tienen tiempo suficiente y deciden dejarlo fuera del programa por considerar más importante y con más utilidad los demás contenidos a impartir.

En el intento de buscar una posible explicación a esta problemática en el breve acercamiento que he tenido con esta profesión, he podido descubrir que en parte es debido al desconocimiento que se tiene del contenido en sí, ya que cuando se menciona Expresión Corporal, la mayoría de los docentes piensan en baile, acrosport, etc. Por tanto, es posible observar que a pesar de la existencia de multitud de definiciones que tiene la Expresión Corporal, ninguna de esas definiciones se relaciona con la capacidad del trabajo de las emociones del alumnado. En otras palabras, con el trabajo de la Inteligencia Emocional.

Por tanto, es ahí donde parte mi idea. Como futura docente considero que las emociones del alumnado es un tema de gran importancia que debe tratarse, especialmente en Educación Física, por ser la asignatura que permite tener más acercamiento con nuestro alumnado. De este modo, el contenido de Expresión Corporal sería tratado desde un punto de vista totalmente distinto al que se emplea actualmente por todos los profesionales.

Además, con este nuevo enfoque relacionaríamos no sólo el contenido de Expresión Corporal con la Inteligencia Emocional del alumnado, sino también con la vida diaria del mismo, ya que al estar tratando sus propias emociones estaremos ayudándolo en su día a día y podremos intentar solucionar los posibles problemas emocionales que puedan tener así como enseñarles a controlar sus propias emociones y que aprendan de ellas mismas. Así mismo, el trabajo de la Inteligencia Emocional también ayudaría al aprendizaje del alumnado. Es decir, con este trabajo el alumnado aprendería a entender, seleccionar, manejar y trabajar no solo sus propias emociones, sino también las emociones de los demás de una forma más eficiente y con unos resultados más satisfactorios. Por tanto, este proyecto serviría para desarrollar valores como la empatía desde la Educación Primaria, factor clave que fomentaría la capacidad de entendimiento sobre el prójimo.

En resumen, con esta investigación pretendo sacar a flote una nueva alternativa para impartir el contenido de Expresión Corporal más encaminada al trabajo del manejo de las emociones del alumnado en vez de impartirlo a través de la forma actual, que en muchas ocasiones provoca que la timidez del alumnado se acentúe demasiado dando como resultado la pérdida de esa sesión para estos determinados alumnos/as.

No obstante, esta nueva alternativa de trabajo también aborda la comunicación no verbal, ya que en cierto modo todo está conectado en un pequeño círculo debido a que en numerosas ocasiones las emociones pueden salir a la luz no sólo a través de las palabras, sino utilizando otro tipo de métodos.

También cabe destacar que con esta nueva forma de trabajar el contenido de Expresión Corporal, tendríamos mucho más acercamiento y conexión con nuestro alumnado por lo que nos resultaría más útil poderle ayudar cuando le surgiese algún tipo de problema.

Por otra parte, es cierto que esta nueva alternativa necesitaría mucho trabajo y motivación para llevarla a cabo, pues no resultaría fácil que el alumnado se exprese libremente de la noche a la mañana. Sin embargo, a pesar de este punto en contra, esforzándose y no perdiendo nunca la esperanza confío en que los resultados serían notablemente mejores que utilizando la alternativa actual con este contenido.

3. OBJETIVOS

El objetivo fundamental que me planteo para este trabajo fin de grado sería dar a conocer un modelo adecuado para el docente de Educación Física que le sirva para trabajar la capacidad del manejo de las emociones a través de la Expresión Corporal. Para ello, me planteo una serie de objetivos secundarios que me permitan llegar a alcanzar el objetivo principal.

Uno de los objetivos secundarios sería conocer previamente qué modelos existen actualmente para trabajar dicho tema, tanto en el ámbito del contenido de Expresión Corporal como fuera de él. Esto me permitirá poder realizar una breve reflexión sobre la posible aplicación de este ámbito en el contenido de Expresión Corporal actual.

Otro de los objetivos secundarios consistirá en intentar dar a conocer la importancia del contenido de Expresión Corporal como recurso para trabajar las emociones del alumnado en las sesiones de Educación Física. Para ello, buscaré información en investigaciones realizadas sobre el contenido de Expresión Corporal para observar la versión de Expresión Corporal que se tiene presente.

Finalmente, teniendo presente toda la información de los modelos para trabajar las emociones, referidas tanto a la actualidad como a tiempo atrás, podré conocer previamente más de cerca tanto la Expresión Corporal como la Inteligencia Emocional. Por tanto, podré reflejar unos recursos más efectivos y que resulten más beneficiosos para trabajar la Inteligencia Emocional con el alumnado. Así mismo, con la futura aplicación de esos recursos pretendería dar a conocer el proceso de la puesta en práctica del mismo para facilitar el éxito en los posibles resultados que se obtengan.

4. MARCO TEÓRICO

4.1. Expresión Corporal

4.1.1. Aproximación al concepto de Expresión Corporal

La Expresión Corporal tiene múltiples definiciones construidas por diversos autores. Dichas definiciones han sido elaboradas desde tiempos pasados a la vez que han ido evolucionando con el tiempo hasta intentar crear una aproximación general de dicha definición. Por ello, se empezará por lo más básico, la definición de Expresión.

Según la Real Academia Española, la palabra Expresión tiene multitud de significados. Algunos de ellos son: “Viveza y propiedad con que se manifiestan los afectos en las artes y en la declamación, ejecución o realización de las obras artísticas” ó “Cosa que se regala en demostración de afecto a quien se quiere obsequiar”. Sin embargo, la definición que nos interesa aparece en ese mismo diccionario en cuarto lugar de la siguiente manera: “Técnica practicada por el intérprete para expresar circunstancias de su papel por medio de gestos y movimientos, con independencia de la palabra.”

No obstante, si nos remontamos a tiempos pasados, podemos encontrar autores que perciben la Expresión Corporal no como una técnica, como bien expresa la Real Academia Española, sino como una forma de vida. A continuación, se procederá a citar los autores que ofrecieron las definiciones más relevantes así como la evolución de la misma:

- Le Boulch entiende la Expresión Corporal como “aquellas reacciones emocionales y efectivas profundas, ya sean conscientes o inconscientes en forma de traducción” (Le Boulch citado por Villada en 1997).
- Motos (1983) plasma la Expresión Corporal como “un conjunto de técnicas que utilizan el cuerpo humano como elemento de lenguaje y que permiten la revelación de un contenido de naturaleza psíquica”.
- Para Santiago (1985), la Expresión Corporal es una forma de lenguaje del cuerpo, un idioma innato que el ser humano posee para expresarse a través de lo corporal.

- Patricia Stokoe (1986) fue la primera autora que introdujo la Expresión Corporal dentro del ámbito educativo después de que Coupeau lo introdujera en el teatro. Esta autora comprendía la Expresión Corporal como una conducta innata que el ser humano posee desde siempre. Marca que es un lenguaje de expresividad que el ser humano utiliza para manifestarse a través de sí mismo.
- Shinca (1988), define la Expresión Corporal como una disciplina que utiliza el cuerpo experimentando un lenguaje corporal propio como un modo de comunicación que va más allá de la expresión verbal.
- Riveiro Holgado & SchincaQuereilhac, en su artículo “Expresión corporal: optativas” publicado en 1995, introdujeron una definición de Expresión Corporal ya centrada en la escuela. Dichos autores comprenden la Expresión Corporal como una materia que utiliza los gestos, miradas y posturas corporales para incentivar la interacción del cuerpo.
- Sierra Zamorano define la Expresión Corporal en su tesis doctoral “La Expresión Corporal desde la perspectiva del alumnado de Educación Física” publicada en el año 2000, como un contenido de la Educación Física basado en las capacidades y habilidades del ser humano que sirve para poder expresar y comunicar nuestros sentimientos más íntimos como personas.
- Según Blanco Vega en su artículo “Enfoques teóricos sobre la Expresión Corporal como medio de formación y comunicación” publicado en 2009, la Expresión Corporal es percibida como un medio que utiliza el cuerpo y el movimiento para poder comunicarse con los demás. Según esta autora, la Expresión Corporal es un elemento fundamental en la formación de un sujeto ya que le permite construir valores, roles y actitudes para llevar una vida eficiente y fluida en comunidad.

Por otra parte, cabe destacar que la Expresión Corporal también puede contemplarse por áreas. De este modo, a continuación se procederá a reflejar el desarrollo de la Expresión Corporal en las siguientes tendencias: psicoanalítica, artística (o escénica), metafísica y pedagógica o escolar. Para ello, Blouin Le Baron en Zagalaz Sánchez (2001), establece cuatro modalidades de expresión corporal:

- **Tendencia psicoanalítica:** “Ligada a la enorme variedad de psicoterapias en uso, pretende ayudar a profundizar y expresar lo que pasa en el fondo de uno mismo”.
- **Tendencia artística (o escénica):** “El acento recae sobre la función comunicativa, la transmisión al público de un mensaje en el que deben estar implicados un personaje con sus ideas y sentimientos y una forma gestual apropiada”.
- **Tendencia metafísica:** “El sentido de experiencia que pretende llegar más allá de lo físico para volver a los supuestos orígenes o trascender, como superación de la finitud”.
- **Tendencia pedagógica o escolar:** “Desarrollada en el mundo escolar, que hará referencia a las teorías psicopedagógicas predominantes y al marco institucional en el que se desarrollan. Orientada a la concienciación y máxima disponibilidad del niño, así como a los aprendizajes posteriores.”

4.1.2. Períodos históricos de formación del profesorado de E.F

Después de clarificar el concepto de Expresión Corporal en el apartado anterior, se procederá a detallar aquellos períodos históricos de formación del profesorado del área de Educación Física, observando desde un punto de vista distinto, la evolución en el tiempo del contenido de Expresión Corporal, es decir, desde la formación que el profesorado ha ido adquiriendo con el tiempo sobre este contenido del área de Educación Física de Educación Primaria.

Antes de dar a conocer los datos históricos de la formación del profesorado, es conveniente aclarar que dicha historia consta de cinco períodos distintos que comienzan a finales del siglo XIX y concluye en el año 2010 donde se extiende hasta la actualidad. Pues bien, según Montávez Martín (2012) en su tesis doctoral titulada “La Expresión Corporal en la realidad educativa” publicada en el año 2012 en la Universidad de Córdoba, dichos períodos serían los siguientes: Primeros pasos (1882 - 1939), la herencia (1939 - 1970), el cuerpo en la escuela (1970 - 1990), la especialidad de Educación Física (1990 - Septiembre 2010) y la convergencia (2010 - actualidad). A continuación, se procederá con el desarrollo de cada uno de ellos:

- **Primer período (1882 - 1939):** El primer período se denomina “primeros pasos” y se inicia en el año 1882 para terminar en el año 1939. Esta denominación significaba el comienzo de la historia de la Expresión Corporal suponiendo los primeros pasos de este contenido para abrirse camino hacia el área de Educación Física. Según la autora Montávez Martín (2012) en su tesis doctoral, la presencia de mujeres en la formación era impensada. Por este hecho, la formación de docentes especializados en el área de Educación Física, los profesionales con el título de Educación Física de Primera Enseñanza o los instructores de Educación Física, solamente podía llevarse a cabo a través de la Escuela Central de Gimnasia del Ejército, en la que únicamente eran admitidas aquellas personas con sexo masculino.

Por otro lado, este autora destaca que en los planes de estudios relacionados con la Educación Física, el contenido de Expresión Corporal aún no era conocido teniendo dicha área un carácter utilitario, patriótico, moral e higiénico. Como bien hemos mencionado anteriormente, la mujer no tenía cabida en esta época.

Sin embargo, Las huellas de la Expresión Corporal comenzaron a surgir a través de las pioneras de la gimnasia femenina de esta época.

- **Segundo período (1939 - 1970):** La denominación escogida por Montávez Martín (2012) para esta época ha sido “la herencia” cuyo tramo temporal abarca desde el año 1939 hasta el año 1970. En esta etapa se hace presente la dictadura, y por consiguiente, las consecuencias que trae consigo. Por ello, debido a la amenaza de la dictadura franquista, se estableció la Academia de Mandos e instructores llamada “José Antonio” para los hombres y la Escuela llamada “Isabel la Católica” para las mujeres. Todo esto fue posible gracias al Servicio Nacional de Instructores. Sin embargo, esta autora cuenta que no todo fue tan fácil, ya que estas dos instituciones dependían por completo de la Secretaría General del Movimiento hasta el año 1997.

Si nos centramos en el área de Educación Física en sí, esta autora destaca varios cambios importantes con respecto a la etapa anterior. En primer lugar, el área de Educación Física ya era diferenciada por sexos. De esta manera, a los hombres se le atribuía un carácter militarista, mientras que a las mujeres se le asociaba con referentes expresivos como el ritmo, la coordinación o la mímica, entre otras.

Finalmente, esta autora sostiene que fue a partir de los años 60 cuando los planes de estudio asignan un concepto más educativo e integral de la asignatura de Educación Física. No obstante, en los planes de estudios femeninos solo aparecen aspectos expresivos. Todo esto estuvo en vigor hasta la Ley de los años 70.

- **Tercer período (1970 - 1990):** Bajo el criterio de la autora Montávez Martín (2012), esta tercera fase se concibe con la denominación de “cuerpo en la escuela” extendiéndose desde el año 1970 hasta el año 1990. En esta etapa se sigue impartiendo el área de Educación Física dividiendo el sexo masculino y el sexo femenino, donde los aspectos expresivos seguían apareciendo únicamente en los planes de estudios femeninos.

Según esta célebre autora, en 1972 la formación del maestro se extiende en el contexto educativo.

En otras palabras, su formación aparece recogida en la Universidad obteniendo un título de profesorado de EGB y la categoría de Diplomado Universitario. De esta misma forma, es en esta etapa donde se empiezan a impartir los primeros cursos de especialización en Educación Física para el profesorado de EGB, donde sigue sin aparecer el reconocimiento del término de Expresión Corporal. Sin embargo, esta autora recalca que en el año 1977 surge la aparición de una asignatura común para todas las especialidades de las Escuelas Universitarias de Magisterio, la cual recibe el nombre de “Didáctica de la Educación Física”. No obstante, esta autora afirma que fue a partir del año 1985 cuando comienzan las especializaciones de la Educación Física y se puede observar la introducción del término de Expresión Corporal. Por tanto, en ese mismo año se llevan a cabo “Cursos de Especialización en Educación Física, en los Colegios de Educación Primaria, para profesorado de EGB”. En el año 1986, se implanta la materia de Educación Física en los Centros públicos de EGB de manera progresiva y experimental. En el año 1987, se produce la “creación del Área de Didáctica de la Expresión Corporal en las Escuelas Universitaria y se organizan los Cursos de Especialización en Educación Física desde la Universidad”. En el año 1988, se introduce por primera vez la palabra “oposición”, la cual hace referencia a la implantación de las oposiciones para profesorado de Educación Física en Centros Públicos de EGB. En el año 1989, las Escuelas Universitarias del profesorado de EGB se ven obligadas a recoger la especialidad de Educación Física ya que la ley obliga su creación. En este punto se produce el cambio de la Expresión Corporal, ya que ahora la formación del término de Expresión Corporal habría que buscarla en las escuelas y espacios de encuentros alternativos.

- **Cuarto período (1990 – Septiembre de 2010):** Este cuarto ciclo supuso la introducción definitiva de la titulación de maestro con la opción de poder tener acceso a la diplomatura en la especialidad en Educación Física. Por todo ello, esta fase se denominó con el sobrenombre de “la especialidad de Educación Física” comenzando en el año 1990 y terminando en el mes de septiembre del año 2010. No obstante, el comienzo de esta titulación supuso la integración de una formación mixta de enseñanza en la universidad.

Sin embargo, el concepto de Expresión Corporal no fue reconocido por todas las facultades, pero sin duda supuso el inicio de un camino duro que finalizó con buenos resultados así como con dichas expectativas cumplidas. Así mismo, en el año 1992 se produjo la “Homologación de los ocho cursos de especialización en Educación Física convocados por la CECJA a la nueva Especialidad de Educación Física”. Por tanto, es posible observar que el término de Expresión Corporal se consolida en los planes de estudios de la formación de especialistas en Educación Física a lo largo de la década de los años 90, aunque destacando una mínima dotación de créditos.

- **Quinto período (2010 - actualidad):** En esta quinta y última etapa, la autora Montávez Martín (2012) refleja una serie de cambios importantes con respecto a las fases anteriores en la que se pierde ciertos éxitos logrados en dichas fases para mejorar el aprendizaje del profesorado. Uno de esos cambios hace referencia a la pérdida de la especialidad del área de Educación Física para dejar paso al reconocimiento del Grado de Educación Primaria con la posibilidad de poder escoger mención, para conseguir especializarse en Educación Física. Además de esto, esta conocida autora señala que la diferencia que separa las menciones de las especialidades son notorias. Considera esto debido a que las menciones recogen hasta un total de 60 créditos, mientras que las especialidades pueden llegar a reconocer un total de 206 créditos.

Sin embargo, Montávez Martín (2012) cierra este apartado de su tesis dejando una pregunta abierta sobre la formación del término de Expresión Corporal. Ella considera que al contenido de Expresión Corporal se le debería dar la oportunidad de ser incluido en algún plan de estudio. Por ello, propone que sea reconocida como una asignatura de la mención de Educación Física o que se cree un grado de Educación Física con itinerario en Expresión Corporal así como la elaboración de un máster en Expresión Corporal. Por todo ello, esta autora definió esta fase como “la convergencia” que abarca desde el año 2010 hasta la actualidad.

Dado que esta autora publicó esta tesis en 2012, no se ha podido incluir la actualidad del contenido de Expresión Corporal. La actualidad es notablemente más igualitaria entre el sexo masculino y el sexo femenino en las universidades, ya se son tratados de la misma forma y realizan el mismo tipo de actividades.

Además, el contenido de Expresión Corporal ha sido introducido como una asignatura que abarca un cuatrimestre entero en la mención de Educación Física del Grado de Educación Primaria.

Por otro lado, si centramos nuestra visión en la perspectiva de la formación del profesor, se puede nombrar cuatro tipos de perspectivas distintas. Según Montávez Martín (2012) en la misma tesis doctoral anteriormente citada, las cuatro perspectivas distintas que podemos mencionar son: Perspectiva académica, perspectiva técnica, perspectiva práctica y perspectiva de reflexión en la práctica para la reconstrucción social. Dichas perspectivas se detallarán posteriormente utilizando el aporte que introdujo la autora Montávez Martín en su tesis doctoral publicada en el año 2012:

- **Perspectiva académica:** El autor contreras en su libro titulado “El profesor de Educación Física: antecedentes y paradigmas dominantes en su formación” publicado en el año 2000, sostenía que esta perspectiva fue el modelo dominante entre 1833 y 1939. Según Montávez Martín (2012) este modelo consideraba la escuela como “la institución encargada de transmitir a la juventud el conocimiento que esta ha ido acumulando con objeto de que se integre en la sociedad”. Sin embargo, el autor García en su libro titulado “La formación del profesorado de Educación Física: problemas y expectativas” publicado en el año 1997, señala que el rol que posee el profesorado según esta perspectiva se basa fundamentalmente en ser el mediador en la transmisión de la cultura. Por tanto, este autor señala que el profesorado debe ser “un intelectual y buen conocedor de los contenidos”. En cambio, Pérez en Montávez Martín (2012), diferencia dos enfoques distintos para esta perspectiva. Este autor habla del enfoque enciclopédico y enfoque comprensivo. El primero de ellos considera que cuanto mayor sea el conocimiento del contenido que posea el profesor, el alumnado obtendrá un desarrollo más óptimo de su trabajo.

Por el contrario, el segundo enfoque señala que para que el alumnado pueda adquirir los conocimientos necesarios de cada materia, es conveniente que el profesorado conozca y comprenda la epistemología de la materia así como la forma adecuada de llevarla a cabo.

- **Perspectiva técnica:** Esta perspectiva es totalmente distinta a la perspectiva anterior, por el simple hecho de ofrecer un punto de vista totalmente opuesto. Según el autor Lozano en su tesis doctoral titulada “Mejora de la formación inicial del profesorado especialista en Educación Física a través de la investigación - acción colaborativa” publicado en 2007, esta perspectiva entiende la práctica educativa como una intervención tecnológica en la que la implementación docente se convierte en una actividad instrumental y el currículo se entiende como “la exposición formal del conocimiento producido y validado por los teóricos a través de la investigación”. En cambio, Pérez en Montávez Martín (2012) propone dos modelos para la formación del profesorado desde esta perspectiva: Modelo de entrenamiento y modelo de adopción de decisiones. Según Carreiro y Romero en la tesis doctoral de Montávez Martín (2012), el primer modelo explica que “las competencias que debe dominar el profesorado son el resultado de la investigación sobre la eficacia pedagógica conforme al modelo proceso-producto de entrenamiento”. Por otro lado, según Marcelo en la tesis doctoral de Montávez Martín (2012), el segundo modelo expone que “para aplicar el conocimiento y las competencias aprendidas es necesario formar al profesorado en las habilidades y estrategias conducentes a la toma de decisión durante la docencia”.

- **Perspectiva práctica:** Según la autora Montávez Martín (2012) en su tesis doctoral, esta perspectiva se centra “en el proceso y en la implicación del profesorado en la intervención docente”. Por este mismo motivo, García (1997) en tu tesis doctoral afirma que el profesorado es considerado como un profesional que actúa y piensa en función de la situación de enseñanza en la que se encuentre, donde la teoría está estrechamente relacionada con la práctica de manera que la primera ayuda a la resolución de problemas de la segunda. El autor Pérez en Montávez Martín (2012) también realiza su aportación con relación a esta perspectiva. Por tanto, Pérez propone dos enfoques distintos que da lugar a dos estilos educativos llevados a cabo por el profesor. Esos estilos sería el enfoque tradicional y el enfoque reflexivo sobre la práctica. El primero de ellos se encuentra caracterizado por una enseñanza intuitiva donde el conocimiento transmitido se ha ido acumulando dando lugar a una sabiduría profesional mediante el contacto directo con la práctica (Contreras en Montávez Martín, 2012). Por el contrario, el estivo reflexivo sobre la práctica distingue entre acción rutinaria, en la que la acción se da por supuesta, y la acción reflexiva, que responde y busca soluciones para resolver los problemas que surgen de la realidad práctica (Dewey en Montávez Martín, 2012).
- **Perspectiva de reflexión en la práctica para la reconstrucción social:** Esta última perspectiva hace referencia al intento de formación de futuros profesionales de la docencia con la intención de que sean agentes de cambio social y entiendan su función docente como una acción colaborativa y emancipadora, comprometidos con la justicia educativa y la transformación social (Romero en Montávez Martín, 2012).

4.1.3. Elementos de la expresión corporal

La Expresión Corporal está formada por una serie de elementos fundamentales de manera que a la hora de enseñarlos frente una clase de Educación Primaria, integrarán los contenidos expresivo-comunicativos básicos. Esto es así, ya que a partir de ahí y combinándolos tendremos otros resultados (Llopis, 2005).

Según Motos en Castillo Viera & Rebollo González (2009), los elementos de la Expresión Corporal serían cuatro: Cuerpo, espacio, tiempo y energía. Esto se produce de esta manera ya que entiende la Expresión Corporal como “arte de movimiento”. Por tanto: “define el movimiento y describe el valor expresivo de las partes en las que se divide este”.

Además, según esta autora la exploración del cuerpo consistiría en conocerse a sí mismo a la misma vez que al entorno que nos rodea. También resalta que tendríamos tres tipos de cuerpos: Expresivo, adjetivado y prolongado.

- **Cuerpo expresivo:** “aquel cuerpo que parte de la propiocepción de reconocimiento del propio cuerpo”.
- **Cuerpo adjetivado:** “aquel cuerpo que es reconocido por los demás”.
- **Cuerpo prolongado:** “aquel cuerpo que nos proporciona la percepción de los objetos y materiales inanimados”.

Por tanto, esta autora en Castillo Viera & Rebollo González (2009), nos concluye que debemos procurar que nuestros alumnos y alumnas conozcan tanto su cuerpo como el de sus compañeros.

Según Rueda citado en Castillo Viera & Rebollo González (2009), “el movimiento corporal no puede entenderse sin comprender la dimensión espacial”. Además, este autor confirma que “el espacio como parámetro comunicativo se estudia a través de la proxémica”. Por tanto, este autor nos recuerda que nuestros objetivos en primaria serían que nuestro alumnado sea capaz de conocer el espacio donde se trabaja, así como el espacio afectivo en el que se produce el movimiento teniendo siempre en cuenta los elementos que se estudian desde la proxémica.

Fraisse citado en Castillo Viera & Rebollo González (2009) diferencia entre orientación y estructuración temporal, y el ritmo. Por tanto, este autor deduce que los parámetros a trabajar con el alumnado será a través del juego y relacionado con el cuerpo y el espacio.

Finalmente, según Rueda (2004) “la exploración de la energía hace referencia a la tonalidad y control del tono postural en el lenguaje expresivo. Es un eje referencial que supone la puesta en práctica de elementos como la fluidez del movimiento y amplitud, elementos contrastados desde la tensión y relajación, recorrer trayectorias espaciales con diferentes dinámicas”.

Para cerrar con este apartado, Castillo Viera & Rebollo González (2009) señalan que todos estos elementos suponen los cimientos de la Expresión Corporal. Por ello, el alumnado debe experimentar el resultado de su interrelación para dar lugar a las calidades del movimiento.

4.1.4. La Expresión Corporal como elemento curricular

Como bien sabemos, la Expresión Corporal es un contenido introducido por la Ley en la programación de Educación Física. Por tanto, es un contenido que debe impartirse como los demás contenidos que aparecen en la Ley. Sin embargo, los profesionales de Educación Física tienen que enfrentarse a un constante cambio en la materia debido a las constantes modificaciones que sufre este contenido cuando la Ley Orgánica de Educación sufre alguna modificación.

Por tanto, frente a esta realidad se procederá a plasmar los continuos cambios que ha sufrido el contenido de Expresión Corporal con las diversas Leyes que han estado en vigor. Para ello, se citará las Leyes con más influencia en la Educación. Éstas son: LODE, LOGSE, LOCE, LOE y LOMCE.

Según la Ley Orgánica de 3 de julio, reguladora del derecho de la Educación (LODE), los contenidos de las materias no aparecen dictaminados, ya que esta Ley no está encaminada a dictar los contenidos a impartir en la programación. No obstante, esta ley regula minuciosamente las reglas a seguir por los centros públicos y privados, así como la participación que le pertenece tener a la comunidad educativa.

En cambio, si nos guiamos de la Ley Orgánica de 3 de octubre, de Ordenación General del Sistema Educativo (LOGSE), se puede comprobar a simple vista que la Educación Primaria ya aparece dividida en sus tres ciclos y reconoce la materia de Educación Física como un área que se debe alcanzar. Sin embargo, se puede verificar que esta Ley recoge la danza como parte de la materia de música sin dedicar ningún tipo de relación con la Educación Física. No obstante, se puede observar que esta Ley recoge tres bloques de contenidos dedicados exclusivamente al cuerpo. Por tanto, podemos verificar que a partir de esta Ley la Expresión Corporal se va haciendo visible indirectamente.

Si avanzamos en años y nos centramos en la Ley Orgánica de 23 de diciembre, de Calidad de la Educación (LOCE), se observa que esta Ley desglosa una serie de objetivos que deben ser alcanzados por el alumnado al finalizar la etapa. Dentro de esos objetivos, aparece uno destinado a la Educación Física. Dicho objetivo señala “conocer el valor del propio cuerpo, el de la higiene y la salud y la práctica del deporte como medios más idóneos para el desarrollo personal y social”.

Si nos paramos a reflexionar más profundamente en él, puede apreciarse la presencia indirecta de la Expresión Corporal. Puede llegarse a esta conclusión ya que hace referencia al conocimiento del valor del propio cuerpo, por lo que aparece uno de los elementos básicos del contenido de Expresión Corporal. Dicho elemento hace referencia al cuerpo.

Haciendo referencia a la Ley Orgánica de 3 de mayo, de Educación (LOE) podemos observar que como las leyes anteriores, el contenido de Expresión Corporal no está recogido como tal. No obstante, aparece un contenido destinado al cuerpo. Si comparamos esta Ley con la Ley Orgánica General del Sistema Educativo (LOGSE), se puede observar como el contenido de Expresión Corporal ha ido perdiendo importancia. Esto es así ya que en la LOGSE, dicho contenido disponía de tres bloques de contenidos, y en cambio, esta Ley solo dispone de uno. Si nos adentramos más en esta reflexión, podemos verificar como aquellos contenidos que antes eran de la Expresión Corporal han pasado a ser destinados a las habilidades motrices y a las actividades relacionadas con la naturaleza. En esta transición puede observarse el inicio claro de la pérdida de importancia hacia el contenido de Expresión Corporal.

Finalmente, si reflexionamos sobre la Ley Orgánica para la Mejora de la Calidad Educativa (LOMCE), se observa que la materia de Educación Física deja de ser un área básica y pasa a reconocerse como un área específica. Si nos centramos en el contenido de Expresión Corporal, vemos que dicho contenido ha pasado de ser un contenido dentro de un bloque de contenido a ser un bloque de contenido como tal. Además, observamos que a pesar de ser un bloque de contenido también está presente indirectamente en otro bloque destinado al cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices.

Por todo ello, puede contemplarse la evolución que ha sufrido el contenido de Expresión Corporal en todas las leyes educativas. Con todo esto podemos deducir que la Expresión Corporal ha ido cobrando importancia a lo largo de los años hasta llegar a ser reconocida por Ley como bloque de contenido.

4.1.5. Valor de las emociones en la Expresión Corporal.

Todo docente comprende que las emociones cumplen un papel importante en la formación del alumnado, pero aun cobran más importancia en el área de Educación Física, concretamente en la Expresión Corporal. Esto es así ya que es ahí donde se le permite al alumnado el poder expresarse libremente sin límite alguno.

Pero antes de expresar el valor que tienen las emociones en el trabajo que se realiza en el contenido de Expresión Corporal, se llevará a cabo una comprensión sobre el concepto “emoción”.

Según el diccionario de la Real Academia Española (2012), el concepto “emoción” es entendido como “aquella alteración del ánimo intensa y pasajera, agradable o penosa, que va acompañada de cierta conmoción somática” y “aquel interés expectante con que se participa en algo que está ocurriendo”.

En cambio, Bisquerra (2000) entiende este mismo concepto como “un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como un complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos, cognitivo y emocional, los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral”.

Por tanto, como bien afirma el autor Codina (2003), las emociones son un factor clave que debe no solo estar presente en las sesiones de Educación Física, sino que además debe tratarse e incentivarse a través del contenido de Expresión Corporal.

Teniendo un poco más clarificado el concepto de “emoción”, se desarrollará a continuación el valor que dicho concepto adquiere en el trabajo de la Expresión Corporal. Como bien hemos redactado anteriormente, la definición de Expresión Corporal ha sufrido grandes cambios desde sus comienzos hasta la actualidad. Por ello, al hablar del valor que adquieren las emociones en dicho ámbito, habrá que remontarse a tiempos pasados.

Antes de comenzar a desglosar la evolución del valor de las emociones en el trabajo de la Expresión Corporal, es conveniente destacar que debemos hacer especial hincapié a la existencia de tres corrientes: EUROPEA (Francesa, Sueca y Alemana), HISPANA ARGENTINA Y ESPAÑOLA.

Según Ruano & Sánchez en su libro “Expresión Corporal y Educación” publicado en 2009, la **CORRIENTE EUROPEA** ofrecía a la Expresión Corporal un valor relacionado con el mundo interno en que vivían las personas. Por ello, Berger en Ruano & Sánchez (2009) considera la Expresión Corporal como una ayuda para el conocimiento de uno mismo explicando que en cada uno de los cuerpos quedan impresas aquellas experiencias vividas en el pasado.

Dentro de esta corriente, podemos encontrar la corriente Psicomotriz, donde destacan autores como Lapierre y Aucouturier (1985) y Le Boulch (1978) sosteniendo la necesidad de superar aquellos problemas afectivos y emociones para poder acceder al aprendizaje racional.

Lapierre y Aucouturier en Ruano & Sánchez (2009) intenta explicar la relación existente entre lo corporal y los afectos a través del psicoanálisis. Este autor defiende que “a través de la forma de moverse de nuestros alumnos y alumnas, podemos hacernos una idea de sus emociones inconscientes, ya que muchas veces, se revelan a través de su expresión simbólica”. En cambio, Le Boulch en Ruano & Sánchez (2009) entiende la Expresión Corporal como “la traducción de las reacciones emocionales y afectivas profundas, ya sean conscientes o inconscientes”.

También con influencias del psicoanálisis, podemos encontrar otros autores como Barret (1991), Le Du (1981) y Pujade-Renaud (1975). Barret citado en Ruano & Sánchez (2009), es una autora canadiense que señala que los especialistas son necesarios ya que los educadores no son capaces de entender sus propias emociones, y por tanto, también son incapaces de comprender las emociones del alumnado. Le Du citado en Ruano & Sánchez (2009) defiende que el alumnado debe aprender a conocer su cuerpo cuando se expresa además de exteriorizar el significado de sus experiencias corporales. Finalmente, Pujade-Renaud en Ruano & Sánchez (2009), considera que la Expresión Corporal provoca “una toma de conciencia de uno mismo que cuando se trabaja en grupo favorece la relación con los demás”.

Bertrand y Dumont recogidas en Ruano & Sánchez (2009) son dos autoras pertenecientes a la escuela francesa que atribuyen a la Expresión Corporal la liberación de emociones y la generadora de bienestar a partir de la alegría que produce su práctica.

Salzer citado en Ruano & Sánchez (2009) reafirma la idea recogida por Bertrand y Dumont, pero además, añade que otro de los objetivos de la Expresión Corporal debe ser la liberación de las tensiones.

En relación a las propuestas prácticas para el desarrollo de las emociones, Laban aludido en Ruano & Sánchez (2009), afirma que “el movimiento puede inspirar estados de ánimo que lo acompañen, que se sienten con mayor o menor fuerza según el grado de esfuerzo implicado”.

Los autores del libro “Expresión Corporal y Educación” (2009), hacen referencia a la **CORRIENTE HISPANA ARGENTINA** a través de la técnica corporal de Fedora Aberasturi, la Danza terapia introducida en España por Graciela Vella o la Expresión Corporal de Stokoe, Shinca y Pelegrín.

Según Ruano & Sánchez (2009), la introducción de la técnica corporal de Fedora Aberasturi se produjo gracias a Yiya Díaz (2009). Esta autora citada en el libro “Expresión Corporal y Educación” (2009), pretende conseguir que “el sujeto utilice su cuerpo de manera armónica y creativa liberando tensiones y bloqueos”. En esta misma línea, pero más relacionada con la danza, Ruano & Sánchez (2009) hacen mención a Fux (1976). Esta referencia se debe a que este autor ha sido capaz de conseguir que su alumnado sienta su cuerpo, lo libere de tensiones y descubra su mundo sensible.

Pelegrín en Ruano & Sánchez (2009), plantea la Expresión Corporal como “la capacidad de exteriorización espontánea y/o recreada de procesos interiores a través del cuerpo y sus acciones”. En cambio, en ese mismo libro, Stokoe percibe la Expresión Corporal como la toma de conciencia del propio cuerpo y el logro de una sensibilización progresiva, con la finalidad de ser capaces de exteriorizar ideas y sentimientos. No obstante, según Ruano & Sánchez (2009), Shinca percibe la Expresión Corporal como “una disciplina que partiendo de lo físico conecta con los procesos internos de la persona, canalizando sus posibilidades expresivas hacia un lenguaje gestual creativo”.

Centrándonos en la perspectiva de Ruano & Sánchez (2009), los autores de la **CORRIENTE ESPAÑOLA** contemplan la Expresión Corporal como una forma de lenguaje encaminada a la exteriorización de emociones.

Estos autores destacan como influyentes de esta corrientes a Luciano González (1982), Motos (1983), Leal, Pelegrín y Ochoa (1976), Santiago (1985), Aymerich (1977) y Poveda (1979).

Para Luciano González citado en Ruano & Sánchez (2009), “la expresividad es la capacidad para darse a conocer, comunicar y exteriorizar aspectos sensibles o racionales de su personalidad auténtica y le permite comunicar sus afectos y emociones, liberarse y crear”. En cambio, Leal, Pelegrín y Ochoa referenciados en Ruano & Sánchez (2009), consideran que todo tipo de emociones son expresadas a través del gesto y el movimiento. Sin embargo, Motos en Ruano & Sánchez (2009), entiende la Expresión Corporal como “un movimiento con una finalidad comunicativa que representa el interior de una persona”. Por su parte, Santiago en Ruano & Sánchez (2009), define la Expresión Corporal como “una manifestación del propio cuerpo”.

También resulta interesante destacar la perspectiva de Aymerich (1977). Según Ruano & Sánchez (2009), esta autora considera que la Expresión Corporal es “un medio excelente para alcanzar un equilibrio físico y psíquico y que en el trabajo corporal no se puede separar la inteligencia de la asertividad”. En esta misma línea, estos autores también plasman en su libro el punto de vista de Poveda (1979). Esta autora fue alumna de Ana Pelegrín en el INEF de Madrid. Por ello, esta autora defiende que la Expresión Corporal es “un instrumento de desarrollo de la parte expresiva y psíquica de la persona”.

Finalmente, resulta interesante hacer mención especial a la **CORRIENTE ACTUAL**. Según Ruano & Sánchez (2009), hoy en día consideramos la Expresión Corporal como “una vía para aflorar el mundo interno y para conseguir el desarrollo integral de la persona”. No obstante, lo realmente destacable de esta corriente es la utilización de técnicas corporales concretas como la Antigimnasia, la Danza Movimiento Terapia o el Psicodrama en el ámbito educativo.

En un primer plano se puede encontrar el método de trabajo de Thérèse Bértherat y Carol Brenstein. Según Ruano & Sánchez (2009), estas autores pretenden desarrollar “una estabilidad emocional y una capacidad de relación y socialización de los alumnos”. Para ello, emplean la técnica denominada Antigimnasia. Por otra parte, encontramos la utilización de la Danzaterapia a través de los autores Martínez-Abellán y Hernández-Vicente (2001). Estos autores en Ruano & Sánchez (2009), contemplan esta técnica como una forma de conectar con las emociones de nuestro alumnado, así como la intervención adecuada sobre ellas.

Por todo lo dicho anteriormente, Ruano & Sánchez (2009) concluyen que en un primer momento la Expresión Corporal se trabaja a través de diversas técnicas corporales centradas en la vivencia emocional del sujeto. Sin embargo, a partir de 1970, la mayoría de los autores relacionaban la Expresión Corporal con las emociones buscando el objetivo de exteriorizar el mundo interno de cada persona.

En definitiva, estos autores concluyen que la Expresión Corporal no está basada en un simple contenido de Educación Física impuesto por ley, sino que la Expresión Corporal busca “una Educación Integral de la persona que no olvide la parte socio-emocional y afectiva”.

4.1. Inteligencia emocional

4.1.1. Precursores y origen científico de la inteligencia emocional

La Inteligencia Emocional es un aspecto muy tratado tanto en la actualidad como en tiempos pasados. Esto es así ya que es una herramienta esencial para la formación de las personas por el simple hecho de facilitar el entendimiento de sus propias emociones y la de los demás, entre otros muchos beneficios. Por tanto, encontrar una simple definición no resulta tarea fácil ya que cada autor contempla el concepto bajo su propia perspectiva. Por tanto, se procederá a plasmar la evolución que ha seguido el concepto de Inteligencia Emocional a lo largo de los años.

En primer lugar se procederá a contemplar el análisis de la palabra “Inteligencia”. Según el diccionario de la Real Academia Española, la Inteligencia se contempla como: “Capacidad de entender, comprender o resolver problemas” ó “Sentido en que se puede tomar una sentencia, un dicho o una expresión”, entre otras. Por tanto, como bien expone Bisquerra, Pérez & García en su libro “Inteligencia Emocional en Educación” publicado en 2015, “Inteligencia y Emoción son dos conceptos de enorme atracción e interés social”.

A continuación, se procederá a plasmar tanto el origen de la Inteligencia Emocional como los precursores de la misma.

Según Bisquerra, Pérez & García en su libro “Inteligencia Emocional en Educación” publicado en 2015, hay que remontarse a la época de Platón para entender el comienzo de la Inteligencia Emocional. Según estos autores, desde Platón se entiende la mente humana como tres partes fundamentales: cognición o intelecto, motivación o voluntad y afecto o emoción. Dichas partes se encuentran relacionadas entre sí, sin embargo, la parte afectiva es la que prima sobre las otras dos. No obstante, cuando nuestro intelecto es consciente de nuestras emociones y nuestras motivaciones y ha adquirido el aprendizaje necesario para ser capaz de regular ambas de manera intencionada, nuestro potencial adaptativo aumenta favorablemente. Por ello, estos autores exponen que la Inteligencia Emocional es producto de múltiples teorías de la historia de la filosofía y la psicología. Además, defienden que “la Inteligencia Emocional representa la integración de diversos intentos en la psicología por estudiar la combinación armónica de cognición y emoción”.

Sin embargo, estos autores exponen que el primer precursor de la Inteligencia Emocional fue la Inteligencia Instintiva a través de Benet y Simon (1905). Para redactar la Inteligencia Instintiva de estos dos autores vamos a mencionar a Mestre (2003), ya que fue el autor que observó este descubrimiento. Según Mestre en Bisquerra, Pérez & García (2015), la Inteligencia Instintiva de Benet y Simon (1905) constaba de dos tipos de Inteligencia: la Inteligencia Ideativa, similar a la Inteligencia Racional/Psicométrica, y la Inteligencia Instintiva, relacionada más con las propias emociones del ser humano pero desvinculada directamente con aquellos procesos que están implicados en la Inteligencia Emocional.

Estos mismos autores señalan a Thornike (1920) como otro precursor de la Inteligencia Emocional. Thornike en Bisquerra, Pérez & García (2015), distingue tres tipos de Inteligencia: Abstracta/Académica, Mecánica/Visoespacial y Social. Además, Bisquerra, Pérez & García (2015) exponen a Epstein (1986) como otro precursor del concepto de Inteligencia Emocional, ya que contrapone el concepto de Inteligencia Experimental con el de Inteligencia Racional o tradicional.

Por ello, Bisquerra, Pérez & García (2015) señalan que todos estos conceptos mencionados anteriormente aluden a “una forma distinta de ser inteligente, que se aleja de la clásica concepción de Inteligencia Racional, y que, a la vez, se aproxima a las esferas de lo social y lo emocional”.

Según estos autores, el término Inteligencia Emocional como tal, fue utilizado por primera vez en una revista publicada en alemán por Bárbara Leuren en el año 1966, quien declaraba que la baja Inteligencia Emocional que sufrían las mujeres provocaba el rechazo a sus roles sociales. Dos década más tarde, este mismo término volvió a ser empleado en una tesis doctoral en inglés por Wayne L. Payne en el año 1986, demandando el procedimiento educativo del desarrollo emocional. La tercera ocasión en que este término apareció en la literatura científica fue en un capítulo titulado “la Inteligencia Emocional” de Greenspan en el año 1989. En dicho capítulo se destacaba el papel de las relaciones establecidas entre cognición y emoción en diversos contextos y situaciones.

Sin embargo, según Bisquerra, Pérez & García (2015), el concepto de Inteligencia Emocional se definió en un artículo científico publicado en 1990 por Peter Salovey y John Mayes al introducir una nueva teoría integrada de la Inteligencia Emocional.

4.1.2. Componentes de la Inteligencia Emocional

Como se ha mencionado anteriormente, la Inteligencia Emocional mezcla la emoción y la cognición. Por tanto, este término tiene que estar basado en una serie de principios o componentes básicos que reforzándose adecuadamente puede traer consigo un mayor éxito en la vida cotidiana de las personas.

Por ello, Goleman citado en Rodríguez Reina en su artículo “La Inteligencia Emocional en el proceso de enseñanza aprendizaje: concepto y componentes” publicado en el año 2009, establece un conjunto de componentes básicos y una serie de elementos secundarios.

Los componentes básicos establecidos en dicho artículo son: **Autoconocimiento Emocional** (conciencia de uno mismo), **Autocontrol Emocional** (autorregulación), **Automotivación**, **Reconocimiento de emociones ajenas** (empatía) y **Relaciones Interpersonales** (habilidades sociales). Mientras que los elementos secundarios son: **expectativa** (autoestima), **valor** y **componente afectivo**.

Sin embargo, Medinilla Durán en su artículo “La Inteligencia Emocional” publicado en 2009, establece dichos componentes de la Inteligencia Emocional desde dos puntos de vista distintos: personal y social.

Desde la perspectiva personal, esta autora establece los siguientes componentes:

- **Autoconocimiento:** Según esta autora, este componente se refiere al conocimiento que cada persona tiene de sí misma. En otras palabras, hace referencia al saber quiénes somos diferenciándonos de los demás. Además, también lo define como la capacidad de saber qué y cómo nos sentimos en cada circunstancia. En definitiva, para esta autora “el conocimiento y la aceptación de uno mismo constituyen los pilares fundamentales de la Inteligencia Emocional”.
- **Motivación:** Para Medinilla Durán, la motivación es la necesidad que tiene cada ser humano para actuar en determinadas situaciones que puedan surgir. También señala que puede ser interna o externa y que por ello, esta autora entiende la motivación como “aquella predisposición que dirige el comportamiento hacia lo deseado”.

- **Autoestima:** Según esta autora, este elemento está compuesto por cuatro dimensiones: Afectiva, física, familiar y académica. Todas ellas necesarias para desarrollar la autoestima.
 - Dimensión afectiva. Dado que las emociones se educan, esta autora expone que toda persona debe aprender a observarse a sí mismo y así poder tomar conciencia de sus propias emociones.
 - Dimensión física: Teniendo en cuenta que el aspecto es lo que forma las primeras impresiones, esta autora defiende que para “es fundamental transmitir que tiene muchas cosas bonitas y otras que tal vez no gusten tanto”.
 - Dimensión familiar: Este elemento hace referencia a la importancia que tiene el sentirse dentro de una familia, así como del apoyo que ésta pueda ofrecerte en los momentos buenos (éxitos) y en los momentos malos (fracasos).
 - Dimensión académica: Esta autora define esta dimensión de la siguiente manera: “El académico es un espacio reglado que facilita las primeras experiencias de socialización con los iguales, el reconocimiento de la autoridad y la utilidad de las normas para el funcionamiento del grupo”.

- **Pensamiento positivo:** Para esta autora, este elemento significa ver las cosas desde su lado bueno. En otras palabras, resalta la importancia y los beneficios que trae a la vida rutinaria de cada persona el hecho de abrir la mente y ser positivo. Por tanto, expone que dado que el optimismo es algo que se aprende, debemos identificar aquellos pensamientos negativos y sustituirlos por pensamientos positivos.

- **Control de impulso:** Medinilla Durán lo entiende como “el poder de manejar nuestras reacciones ante las diferentes emociones, es decir, a controlar o canalizar la agresividad o la ansiedad”.

Por otra parte, los elementos que esta autora resalta desde el desarrollo del entono son:

- **Autonomía:** Este elemento es comprendido por esta autora como aquella “capacidad de actuar siguiendo unas normas que las personas se imponen a sí mismas sin guías externas”.
- **Empatía:** Según esta autora, la empatía es “la capacidad para entender las emociones de los demás, para escucharles y ayudarles”.
- **La solución de conflictos:** Esta autora proporciona importancia a este elemento ya que lo considera un pilar fundamental en el desarrollo evolutivo por ser una capacidad que requiere la adquisición del saber escuchar y respetar a los demás.

4.1.3. Inteligencia emocional y educación

a) ¿Por qué la Inteligencia emocional facilita el éxito académico?

La Inteligencia Emocional está altamente relacionada con el éxito académico de los estudiantes ya que gracias al correcto desarrollo y a la utilización fundamentada en una buena base, este término es capaz de aportar al ser humano beneficios muy útiles para el futuro de las personas. Por tanto, uno de los factores claves para asegurar el futuro del alumnado es garantizar el éxito académico en la escuela. Por ello, a continuación se procederá a explicar la influencia que tiene la Inteligencia Emocional en la educación, hasta tal punto que tiene la capacidad de facilitar el éxito académico.

Según Bisquerra, Pérez & García en su libro “Inteligencia emocional en educación” publicado en 2015, existen tres principios del aprendizaje para poder objetar el predominio positivo que padece la Inteligencia Emocional en el éxito académico. Dichos principios serían los siguientes:

- **Principio 1:** En dicho principio, estos autores vuelven a mencionar al gran filósofo Platón. Según Bisquerra, Pérez & García, Platón sostenía que “el aprendizaje, como todo lo que hacemos, está al servicio de la emoción”. Además, estos autores defienden que el grado de aprendizaje de todo ser humano está ligado a sus emociones. En otras palabras, conforme más positivamente o más negativamente sean valorados los acontecimientos se aprenderán con más eficacia. Por tanto, aquellos sucesos positivos provocarán el deseo de repetir esa experiencia agradable, así como la voluntad de mostrar atención y aspiración por aprender. Por el contrario, si se valora de una forma más negativa, el resultado obtenido sería la poca ambición por querer rememorar esa experiencia desagradable junto con la pérdida de la atención y el anhelo de aprender.

Según los autores del libro “Inteligencia emocional en educación” publicado en el año 2015, el problema de los aprendizajes escolares radica en que la atención se encuentra centrada en un único punto durante un período determinado de tiempo, a pesar de que otros estímulos totalmente ajenos a la tarea estén captando simultáneamente nuestra atención. Para afrontar esta cuestión en sí es necesario que seamos capaces de desviar nuestra atención de aquellos estímulos que nos resultan gratificantes para poder centrarse en el objeto de aprendizaje.

Por ello, Anaya en Bisquerra, Pérez & García (2015), defiende que “la escuela requiere de la capacidad para demorar la gratificación de un objeto deseado en pro de un logro más tardío que sin embargo es de mayor importancia o valor”. Por consiguiente, estos autores señalan que la herramienta más útil para centrar la motivación en uno mismo y tener la capacidad de concentrarse en la tarea de aprender es el autocontrol emocional. De todo esto, Bisquerra, Pérez & García extraen la primera premisa: “Autorregular el estado emocional y motivacional ayuda a lograr un óptimo nivel de concentración para el aprendizaje”.

- **Principio 2:** Según Bisquerra, Pérez & García (2015), las emociones positivas son las más beneficiosas para el aprendizaje académico debido al interés individual y social. Esto es así, ya que favorecen la interconexión neuronal y la flexibilidad cognitiva facilitando la comprensión y la memorización significativa de la información y el compromiso con la experiencia de aprendizaje. Así mismo, como bien señala Blakemore y Frith en Bisquerra, Pérez & García (2015), “el óptimo aprendizaje de los centros educativos requiere de un clima emocional positivo, libre de estresores y emociones negativas, para potenciar la seguridad emocional del estudiante, su interés y compromiso por el estudio y su actitud favorable a aprender“. Por todo lo desarrollado en este principio, los autores Bisquerra, Pérez & García (2015), redactan la segunda premisa señalando que la “experimentación de emociones positivas optimiza el aprendizaje escolar o académico”.
- **Principio 3:** Para desarrollar este principio, Bisquerra, Pérez & García (2015) hacen visión al pasado para hablar de la filosofía Aristotélica basada en el ser humano como un animal social, ya que estos autores señalan que el aprendizaje es fundamentalmente social. El conocido filósofo Aristóteles defiende que “los estímulos sociales son los componentes más significativos del ambiente para las personas desde la infancia y a lo largo de toda la vida”. Por todo lo dicho anteriormente, Bizquerra, Pérez & García (2015) señalan que la tercera premisa estaría fundamentada en la visión de los demás como nuestras principales fuentes de aprendizaje.

De estos tres principios, Bizquerra, Pérez & García (2015) deducen que “todo aquello que favorece la autorregulación de las emociones, así como todo lo que promueva la interacción y cooperación social, es potencialmente beneficioso para el aprendizaje”.

Además, de acuerdo con la teoría, la Inteligencia Emocional es un factor facilitador de la autorregulación emocional y la cooperación social repercutiendo positivamente en la mejora del aprendizaje académico ya que como bien argumenta Pérez-González y Sánchez-Ruiz en Bizquerra, Pérez & García (2015), la Inteligencia Emocional es “un instrumento de autorregulación emocional que favorece la atención, el establecimiento y el mantenimiento de buenas relaciones interpersonales”. Finalmente, Bizquerra, Pérez & García (2015) cierran esta cuestión plasmando que todo lo dicho anteriormente queda traducido en la facilitación del aprendizaje, y por consiguiente, del éxito académico.

b) La Educación Emocional

En primer lugar, antes de adentrarse en los aspectos más importantes que tiene la Educación Emocional, es conveniente conocer el significado del concepto en sí.

Según Bizquerra Alzina en su artículo “la Educación Emocional en la formación del profesorado” publicado en 2005, la Educación Emocional es concebida como una adquisición de competencias emocionales. En otras palabras, este autor comprende este concepto como “un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo integral de la persona, con objeto de capacitarle para la vida”.

Además, este mismo autor en este mismo artículo publicado en 2005 señala que la Educación Emocional es un proceso educativo, continuo y permanente ya que debe estar presente en todo el período de formación de un ser humano, por tanto, este autor desglosa este concepto como un enfoque del ciclo vital que comienza en la etapa infantil, continúa en la Educación Primaria, pasa por la Etapa Secundaria y se extiende hasta la vida adulta.

Si centramos nuestra atención en los elementos que componen los pilares de la Educación, como los objetivos y los contenidos, podemos observar que los objetivos que recoge este autor en ese mismo artículo publicado en 2005, están basados en el conocimiento de las propias emociones así como en las emociones de los demás, en la prevención de los efectos dañinos que traen consigo las emociones negativas, en la actitud beneficiosa y positiva ante la vida y en la capacidad para ser capaz de desarrollar la automotivación.

En cambio, los contenidos de la Educación Emocional hacen referencia a los siguientes temas:

- **Dominio del marco conceptual de las emociones** para ser capaz de favorecer el desarrollo de competencias emocionales a través de juegos, dinámica de grupos o autoreflexión.
- **Conciencia emocional** con el objetivo de “conocer las propias emociones y la de los demás a través de la autoobservación y de la observación del comportamiento de las personas que nos rodean”.
- **La regulación de las emociones** para desarrollar el dominio de la propia voluntad y así evitar ser influenciados por otras personas. Algunas técnicas para el desarrollo de este contenido puede ser el control del estrés, la asertividad o la autoafirmación positiva.
- **La motivación** está básicamente relacionada con el hecho de conseguir que el alumnado se aburra. Para ello, hay que buscar el éxito a través de la emoción del alumnado con la finalidad de que este reto sea conseguido con el mayor éxito posible.
- **Las habilidades socio-emocionales** ya que hacen referencia a “un conjunto de competencias que facilitan las relaciones interpersonales” favoreciendo al trabajo en grupo de manera eficiente y propiciando un clima cálido y productivo.

Una vez plasmado el concepto de Educación Emocional junto con los aspectos más importantes del mismo dentro de la Educación, vamos a reflejar la formación inicial que debe tener el profesorado para poder llevar a la práctica esta alternativa educativa.

En la formación previa del profesorado no se contempla ninguna asignatura en relación a la Educación Emocional. Por ello, Bizquerra Alzina en su artículo “la Educación Emocional en la formación del profesorado” publicado en 2005, propone en la implantación de dicha asignatura. Según este autor, esta materia debería estar dotada de un bagaje sólido en materia de emociones y en el desarrollo de competencias emocionales para potenciar el desarrollo del alumnado.

4.2. Características psicológicas del alumnado de tercer ciclo

En este apartado se redactará aquellas características más significativas presentes en el alumnado de tercer ciclo para poder poner en práctica este trabajo fin de grado. Por tanto, para acercarse al éxito de este proyecto, es necesario aplicarlo al alumnado de tercer ciclo. Esto es así porque este nivel ya posee características concretas que facilitan el éxito de esta investigación. Dichas características serán expuestas a continuación.

Para comenzar con la explicación de las características del alumnado de tercer ciclo, es necesario hacer mención a Piaget (1964). Este autor diferenciaba tres fases en el desarrollo evolutivo del niño. Por tanto, para poder plasmar con exactitud las características de dicho alumnado, se procederá a contemplar la tercera fase de Piaget (1964) como guía. Esta fase es denominada: “Etapas de las operaciones concretas” y estaba dirigida para aquellos alumnos y alumnas de entre 7 y 11 años.

Según Piaget citado en el libro de Sonia Abarca Mora titulado “Psicología del niño en la edad escolar” publicado en el año 1992, el alumnado de esta edad es capaz de discriminar su propia manera de pensar con respecto a la de los demás, además de introducir argumentos a sus ideas e incluso es capaz de proporcionar explicaciones. Sin embargo, este autor sostiene que todo este proceso pasa por tres fases:

- **Explicación por identificación:** Esta fase pretende argumentar que el alumnado percibe el nacimiento de las cosas porque ellos han nacido. Y que, si ellos no hubiesen nacido, las cosas tampoco lo hubiesen hecho.
- **Explicación de un fenómeno que deriva de otro:** El alumnado que se encuentra en esta fase piensa que todo cuerpo crece en la misma forma en que todos crecemos.
- **Explicación atomística:** En esta fase el alumnado percibe el todo como la composición de todas sus partes. Es aquí cuando el alumnado comienza a dividir, segmentar, unir y sumar.

Por tanto, este autor sostiene que todo alumno o alumna que se encuentre en esta fase es capaz de entender que algunos objetos pueden permanecer iguales a pesar de haber cambiado su forma o apariencia. Como dice este autor: “El niño y la niña de edad escolar son capaces de establecer categorías intelectuales”.

En relación con a las habilidades de la convivencia social, este autor defiende que en esta etapa se producen dos características importantes: **Capacidad de concentración propia y cooperación.** Es decir, que en esta etapa el alumnado es capaz de introducir las reglas y entender el control grupal.

Haciendo referencia a las características afectivas del alumnado, este autor reivindica que los niños y las niñas son capaces de diferenciar la perspectiva que tienen los demás con su propio punto de vista. Además, Piaget en Sonia Abarca Mora (1992), señala que en esta etapa el alumnado percibe lo justo de lo injusto ya que va buscando el significado de cada una de las reglas que se imponen.

Por otro lado, según Pérez Peral & Pérez Romero en su libro titulado “Cuerpo para maestros: Programación Didáctica” publicado en el año 2006, el tercer ciclo tiene un carácter terminal y que por ello una de las metas de los docentes debe ser intentar que este alumnado llegue al alumnado de la mejor manera posible para asegurar la continuidad favorable en el Sistema Educativo.

Por tanto, desde la perspectiva psicológica, estos autores defienden las siguientes características presentes en el alumnado de tercer ciclo:

- Son capaces de reflexionar sobre sus actos y acciones.
- Se produce un desarrollo físico considerable.
- Elaboran importantes lazos de amistad con sus compañeros al aparecer una mayor necesidad de relación con sus iguales.
- Tienen la capacidad de evolucionar hacia la propia autonomía siendo capaces de juzgar experiencias personales. Así mismo se crean su propio autoconcepto.
- Son capaces de ordenar adecuadamente sus pensamientos al dominar con perfección el lenguaje verbal.

Finalmente, estos autores señalan que en el ámbito motor este alumnado “llega a la estructuración perfectamente armonizada del esquema corporal y lateralidad y se continúa con la organización espacio-temporal”.

5. METODOLOGÍA

La metodología de investigación utilizada para este trabajo será de tipo cualitativa ya que esta perspectiva está más enfocada a la recopilación de información en lugar de mediciones de datos numéricos como la perspectiva cuantitativa. Además, como dicen Rosario Quecedo y Carlos Castaño en la revista de Psicodidáctica publicada en 2002, la metodología cualitativa puede definirse como “la investigación que produce datos descriptivos: las propias palabras de las personas, habladas o escritas y la conducta observable.”

Por ello, el proceso para conseguir los objetivos propuestos mencionados en el apartado anterior, sería el siguiente:

- ✚ En primer lugar, buscaría información en libros y/o artículos acerca de los modelos existentes enfocados en el trabajo de la Inteligencia Emocional para conocer más a fondo dicho ámbito tanto dentro del contenido de Expresión Corporal como fuera de él. También buscaría información sobre las definiciones existentes de la Expresión Corporal para tener presente la perspectiva con la que se percibe.
- ✚ A continuación, buscaría alguna investigación que se haya realizado referente a esos modelos de Inteligencia Emocional, bien utilizados en la Expresión Corporal o en otro ámbito. Esto me serviría para hacerme una idea sobre la importancia que se le proporciona a dicha materia, así como para conocer un poco más el contexto de utilización de dichos modelos. Del mismo modo, podría hacerme una idea del posible motivo de la escasa utilización de este tema en el contenido de Expresión Corporal actual.
- ✚ El siguiente paso, consistiría en organizar todos los autores acompañados de la idea principal que defienden. Es decir, cada autor defenderá su idea con relación al tema que proponen, en este caso estará relacionado con los modelos para trabajar la Inteligencia Emocional. Pues bien, este paso consistiría en organizar todos esos autores acompañados de la perspectiva que defienden junto con su justificación.

Posteriormente, llevaría a cabo una especie de “conversación” entre ellos destacando aquellos puntos más relevantes que tengan especial relación con mi tema.

Así mismo, introduciré mi perspectiva en dicha “conversación” para contrastar toda la información que éstos aportan con mi opinión acerca de ello. En otras palabras, en este paso plasmaría la idea que defiende cada autor junto con mi propia perspectiva. Por tanto, implantaría las similitudes y discrepancias que encontraría en cada una de sus ideas con respecto a mi forma de percibir dicha materia.

- ✚ Finalmente, concluiré este proyecto con una propuesta propia en la que reflejaré los modelos más útiles y beneficiosos para trabajar la Inteligencia Emocional a través de la Expresión Corporal. Así mismo, modificaría aquellos modelos que tengan relación con la temática de mi trabajo fin de grado pero no se ajusten adecuadamente a ella al no tener concordancia con la Etapa de Educación Primaria. De este modo, se intentaría propiciar un uso correcto en esta materia.

6. RESULTADOS Y DISCUSIÓN DE HALLAZGOS

Este apartado consta de dos partes: Una especie de “conversación” entre autores y una propuesta propia.

En un primer momento, se procederá a la puesta en práctica de una especie de “conversación” entre aquellos autores que propusieron un modelo para el trabajo de la Inteligencia Emocional. Antes de comenzar esta tertulia, conviene destacar el procedimiento de la misma. En este diálogo, cada autor defenderá su propia perspectiva acerca de la Inteligencia Emocional. En otras palabras, cada modelo será descrito con sus ideales más importantes a la misma vez que se encontrará enfrentado con otro modelo. Del mismo modo, incluiré mi propia perspectiva sobre las diversas ideas de cada modelo. Pues bien, aclarada la forma de ejecución, se procederá a plasmar dicho contenido:

Mayer y Salovey (1990) introdujeron una serie de contenidos para obtener la capacidad de desarrollar la competencia emocional. Dichos contenidos son:

- **Reconocimiento de las propias emociones:** Estos autores consideran que para que una persona sea capaz de manejar las emociones de manera consciente, es necesario conocer los propios sentimientos.
- **Utilizar el potencial existente:** Para ellos, es necesario valorar los buenos resultados en la vida además de saber sobreponerse de las malas experiencias que surjan.
- **Saber ponerse en el lugar de los demás:** Si una persona no es capaz de comprender al prójimo y ser capaz de ponerse en su lugar, entonces no es capaz de saber sus propias emociones.
- **Crear relaciones sociales:** Mayer y Salovey (1990) consideran que una parte esencial en la vida del ser humano consta de las relaciones sociales que son capaces de construir. Por ello, el hecho de ser una persona sociable facilita la comprensión de las emociones.

Sin embargo, Torrabadella (1997) propuso otros cinco contenidos para el desarrollo de la Inteligencia Emocional:

1. **La bondad**
2. **El buen humor.**
3. **El juego. Capacidad de jugar.**
4. **Confrontar. Escuchar y resolver diferencias.**
5. **La habilidad de trato. El estilo comunicativo.**

Como podemos observar, los contenidos que estos autores proponen están estrechamente relacionados unos con otros. Sin embargo, puede contemplarse a simple vista que los contenidos propuestos por Salovey y Mayer (1990) están basados primordialmente en el control y manejo de las emociones, tanto propias como ajenas. Por el contrario, observamos que los contenidos propuestos por Torrabadella (1997) se encuentran centrados en algunos aspectos importantes que una persona debe tener en cuenta a la hora de apreciar todo tipo de experiencias. Bajo mi humilde opinión, considero que los contenidos del modelo propuesto por Torrabadella (1997) son los más adecuados para aplicar en el ámbito de la Educación ya que tanea temas fundamentales para el alumnado Educación Primaria, como son la bondad y el juego. No obstante, considero que para que el modelo de Torrabadella (1997) esté completo para su aplicación en Educación, debería tener inmerso el contenido que plantean Mayer y Salovey (1990) basado en el reconocimiento de las propias emociones, ya que como bien plantean estos autores, si un niño no es capaz de reconocer sus propias emociones, difícilmente podrá tener la capacidad de ponerse en el lugar de los demás y más aún, comprenderlos. Por lo que sin este contenido, creo que la confrontación y la comunicación según el modelo de Torrabadella (1997) sería algo dificultoso de conseguir.

Por otra parte, cabe destacar que los modelos descritos anteriormente se pueden introducir en el modelo propuesto por Bocardo, Sasia y Fontenla (1999). Estos autores plantean una serie de áreas para tratar la Inteligencia Emocional: **Autoconocimiento emocional, Control emocional, Automotivación, Reconocimiento de las emociones ajenas y Habilidad para las relaciones interpersonales.**

Por tanto, para emplear un modelo adecuado en Educación, es necesario incluir el modelo de Torrabadella (1997) junto con los contenidos de Mayer y Salovey (1990) al modelo de Boccardo, Sasia y Fontenla (1999), ya que así dichos contenidos estarían fundamentados en una serie de áreas.

No obstante, si nos centramos en los componentes y habilidades emocionales referidas a la Inteligencia Emocional, podemos observar los modelos de Gan (1998), Elías, Tobías & Friedlander (1999), BaOn (1997) y el de Rovira (1998).

Por un lado, podemos observar en el modelo propuesto por Gan (1998) una serie de habilidades emocionales centradas en los diversos contextos de la vida rutinaria de una persona, concretamente plantea 101 habilidades para obtener la capacidad de desarrollar la Inteligencia Emocional. Dichas habilidades están basadas en el comportamiento humano con respecto a sus propias emociones y a la de los demás, así como a la actitud que debe desarrollar para hacer frente al futuro de la manera más optimista posible.

Sin embargo, Elías, Tobías & Friedlander (1999) en su modelo no proponen habilidades emocionales, sino los cinco componentes que forman la Inteligencia Emocional. Dichos componentes son:

- **La conciencia de los sentimientos propios, así como los ajenos.**
- **La empatía y la comprensión hacia el prójimo.**
- **Controlar los impulsos.**
- **Actitud positiva para alcanzar los objetivos propuestos.**
- **Utilización de las habilidades sociales.**

Además de estos autores, BaOn (1997) expone su propio modelo en el que recoge otros cinco componentes fundamentales que debe contener el desarrollo de la Inteligencia Emocional. Hablamos de los siguientes componentes:

- **Inteligencia intrapersonal.**
- **Inteligencia interpersonal.**
- **Adaptabilidad.**
- **Gestión de estrés.**
- **Estado de ánimo general.**

En cambio, frente a estos tres modelos existe un modelo que recoge a la perfección las ideas que ambos modelos plantean. Hablamos del modelo del autor Rovira (1998). Este autor establece una serie de habilidades componentes para el desarrollo de la Inteligencia Emocional. En definitiva, este autor hace referencia a las siguientes habilidades componentes:

- **Actitud positiva:** Este autor considera que la actitud positiva de una persona es clave para hacer frente al futuro de una manera satisfactoria con respecto a los planes y objetivos propuestos.
- **Reconocimiento de las emociones propias y de los demás:** Como bien se ha mencionado anteriormente por otros autores, el reconocimiento de las propias emociones es esencial para la comprensión del prójimo.
- **Ser capaz de tomar decisiones adecuadas:** Este modelo integra la habilidad de que una persona sea capaz de separar lo racional de lo emocional a la hora de tomar una decisión para conseguir el mejor resultado posible.
- **Motivación, interés, ilusión y autoestima.**
- **Capacidad de superación de los fracasos.** Según este autor, si una persona es capaz de superar un fracaso y seguir luchando hacia el éxito, los buenos resultados serán conseguidos con el tiempo.

Desde mi propia perspectiva, considero que el modelo más adecuado y completo es el modelo propuesto por el autor Rovira (1998) ya que dicho modelo recoge tanto habilidades como componentes para el desarrollo de la Inteligencia Emocional. En otras palabras, contempla los componentes y las habilidades como un conjunto en vez de percibirlos en dos ámbitos separados, como plantean los otros dos modelos.

Del mismo modo, en lo que respecta a la definición en sí de la Inteligencia Emocional, podemos observar una serie de controversias que plantean determinados autores al proyectar su propio modelo. Por esta razón, a continuación se procederá a llevar a cabo un análisis del concepto de Inteligencia Emocional según los modelos de varios autores en distintos puntos temporales.

En un primer momento, los autores Salovey y Mayer (1990) entendieron el término de Inteligencia Emocional como un subsistema basado en la inteligencia social con la capacidad de manejar tanto los propios sentimientos y emociones, como la de los demás, así como la utilización de las mismas para extraer un pensamiento individual. Sin embargo, siete años más tarde, estos autores vuelven a revisar su trabajo ya que consideraban que la formulación anterior carecía de ciertas características esenciales. En otras palabras, estos autores pensaron que el nuevo planteamiento de Inteligencia Emocional debería apreciar el pensamiento sobre las emociones y los sentimientos, pues el concepto anterior solo ofrecía la percepción y regulación de las emociones.

Por esta razón, en esta nueva formulación definitiva del término de Inteligencia Emocional, estos autores entendieron que dicho concepto implica la capacidad para apreciar en todos sus ámbitos tanto emociones como sentimientos, así como la comprensión de las emociones al promover el crecimiento emocional e intelectual. Sin embargo, estos autores no solo incluyeron una nueva definición del término, sino que también establecieron una organización jerárquica que dividía las cuatro dimensiones principales en “ramas”. No obstante, Zeidner, Matthews, Roberts y MacCann (2003) criticaron duramente la organización jerárquica propuesta en el modelo de Mayer y Salovey (1997) ya que consideraban que “la evidencia en el desarrollo sugiere una relación paralela más que en serie entre las cuatro ramas”.

Sin embargo, Zeidner, Matthews, Roberts y MacCann (2003), también establecieron una crítica al libro de Goleman (1995) concluyendo que el trabajo de dicho autor estaba basado en una fuente de ideas que carecía de argumentos sólidos para constituir una definición científica. La idea que Goleman (1995) defendía en su libro contemplaba el hecho de que la Inteligencia Emocional era considerada como antecedentes, mientras que la competencia emocional se razonaba como consecuencias de la Inteligencia Emocional siempre y cuando se contara con el aprendizaje adecuado.

Desde mi punto de vista, considero que la definición más adecuada se encuentra por el camino planteado en el modelo de Goleman (1995), por el hecho de que la Competencia Emocional nace en la Inteligencia Emocional, y por consiguiente, si esa inteligencia se educa adecuadamente se obtendrá verdaderos resultados entendidos como Competencia Emocional.

Del mismo modo, estoy de acuerdo con la afirmación que hacen los autores Zeidner, Matthews, Roberts y MacCann (2003) sobre la organización jerárquica del modelo de Mayer y Salovey (1997), ya que las dimensiones principales están más relacionadas paralelamente que jerárquicamente por el hecho de que no puede ser entendido como una pirámide, si no que más bien ha de entenderse como un sistema paralelo.

A pesar de todos los modelos expuestos anteriormente, podemos encontrar un modelo que plantea una idea contraria a todos los modelos mencionados anteriormente. Ese modelo es obra de los autores Petrides y Furnham (2001). Estos autores no exponen una definición en sí del término de Inteligencia Emocional, sino que mostraron las facetas que componen el término de Inteligencia Emocional. Para tratar los cuatro factores que integran dicho término, introdujeron un nuevo nombre para la Inteligencia Emocional: “Inteligencia Emocional Rasgo”. Estos autores sostenían que la Inteligencia Emocional Rasgo debería estar integrada por:

- **Bienestar:** Estos autores consideraban que toda persona debe sentirse bien consigo mismo a pesar de las malas experiencias vividas o de las circunstancias desfavorables que ocurran en un futuro.
- **Emocionalidad:** Por el hecho de facilitar la disposición de una persona con respecto a la comunicación emocional, ya sea verbal o no verbal.
- **Sociabilidad:** Plasma el desenvolvimiento en las relaciones interpersonales de una persona.
- **Autocontrol:** Muestra la capacidad que tiene una persona para entablar la calma y la disposición que tiene de mantener la estabilidad emocional.

Desde mi propia perspectiva, considero que la propuesta que realizan estos autores es sumamente interesante ya que una persona vive de las facetas que se crea. Por tanto, el hecho de integrar este término con las facetas creadas resultaría muy útil para la vida educativa en la Etapa de Educación Primaria.

Finalmente, para cerrar con la primera parte de este apartado, se procederá a tratar el análisis de los instrumentos de evaluación del concepto de Inteligencia Emocional bajo la perspectiva de diversos autores.

Mayer y Salovey (1990) establecieron varios instrumentos de evaluación para el término de Inteligencia Emocional. Sin embargo, el instrumento más utilizado en el contexto español ha sido el TMMS. Este instrumento está basado en 24 ítems con una escala del 1 al 5 en la que 8 de ellos tratan la atención emocional, otros 8 hablan de la claridad emocional y otros 8 de la reparación de las emociones.

Dichos ítems contienen afirmaciones sobre los sentimientos y emociones de una persona. Sumando las puntuaciones por dimensiones, se obtendrá los resultados finales.

En cambio, Goleman (1995) se decanta por el instrumento de evaluación denominado ECI. Como bien redactan los autores Extremera, Fernández-Berrocal Mestre & Guil en su artículo titulado “Medidas de Evaluación de la Inteligencia Emocional” publicado en 2004, este instrumento de evaluación propuesto por el autor Daniel Goleman (1995) está compuesto por 110 ítems con un mínimo de tres puntos para evaluar cada competencia. Sin embargo, podemos descubrir en el artículo de los autores Extremera, Fernández-Berrocal, Mestre & Guil (2004), que el instrumento de evaluación propuesto por BarOn (1997) es “un inventario amplio, que abarca múltiples competencias emocionales y sociales, proporcionando una estimación al nivel de Inteligencia Emocional y un perfil social y afectivo”. Dicho instrumento es denominado EQ-i. Por esta razón, considero que este último instrumento sería el más adecuado para llevar a cabo su aplicación en niños y niñas, ya que va más allá de la Inteligencia Emocional y proporciona perfiles sociales y afectivos, dimensiones que a estas edades son difíciles de mantener estables.

No obstante, encontramos que los autores Petrides y Furnham (2001), elaboraron otro instrumento de evaluación llamado TEIQue, similar al instrumento propuesto por el autor BarOn (1997). La diferencia entre ambos radica en que el instrumento de Petrides y Furnham (2001) ofrece 144 ítems que constituyen un total de 15 subescalas. En otras palabras, este instrumento ofrece más subescalas que el instrumento de BarOn (1997), por lo que los resultados son más concisos y completos.

Por el contrario, podemos observar otro instrumento de evaluación mucho más completo que los anteriores y basado en el instrumento TEIQue propuesto por los autores Petrides y Furnham (2001) y MSCEIT introducido por los autores Mayer y Salovey (1990). Este instrumento se denomina “PEC”.

Como bien reflejan los autores Bisquerra, Pérez & García en su libro “Inteligencia emocional en educación” publicado en 2005, este instrumento denominado PEC representa un nuevo tipo de instrumentos de evaluación que se encuentra inspirado en un modelo de Inteligencia Emocional Rasgo y en un modelo de Inteligencia Emocional Capacidad. Por tanto, considero que este último instrumento es el más completo de todos los expuestos anteriormente y además, el que más encajaría en la Educación ya que ofrece dimensiones muy demandadas en la etapa de Educación Primaria.

Para concluir con este apartado, se procederá a mostrar la segunda parte del mismo, consistente en una propuesta de cosecha propia basada en la información desglosada en la parte anterior de este mismo apartado.

Antes de comenzar a detallar dicha propuesta, resulta de gran interés reflejar que bajo mi propia perspectiva considero que un modelo completo y adecuado para el trabajo de la Inteligencia Emocional a través de la Expresión Corporal en Educación Primaria, no debe contener los contenidos, áreas y componentes por separado, como bien expresaban determinados autores en el apartado anterior. Por ello, la propuesta que a continuación procederé a plasmar, contendrá dichos aspectos introducidos en un mismo modelo y de forma interrelacionada.

Pues bien, después de indagar e investigar sobre los modelos propuestos por varios autores en diferentes puntos temporales, considero que el modelo más útil para la Etapa de Primaria estaría compuesto por las siguientes características:

Por un lado, debería contar con unos contenidos que no solo traten emociones y pensamientos, sino que además, traten el esquema corporal y la expresión del propio cuerpo. Considero esto, porque en muchas ocasiones es posible expresar lo que sentimos o pensamos a través del cuerpo y el movimiento.

Por lo que si seguimos mi humilde criterio, los contenidos serían los siguientes:

- **Reconocimiento de las propias emociones:** Este contenido puede tratarse a través de la Expresión Corporal haciendo que el alumnado exprese sus sentimientos y emociones utilizando únicamente su cuerpo.
- **Empatía y Motivación:** Estos aspectos son algo más difícil de conseguir y tratar en el alumnado de Educación Primaria que el contenido anterior. Sin embargo, una buena manera de llevarlo a cabo sería a través del juego dramático o juegos de roles. En otras palabras, el docente puede proponer un juego de roles o un juego dramático en el que varios alumnos lo personifiquen. A continuación, se realizaría un pequeño debate sobre el tema y el mismo docente intentaría hacer que el alumnado haga conciencia de la importancia que tiene ponerse en los pies de los demás.
- **Capacidad para superar los fracasos y capacidad de tomar decisiones adecuadas:** Estos contenidos resultan de vital importancia en la vida de una persona, pero más especialmente en la Etapa de Educación Primaria. Esto es así, ya que considero que es en esta Etapa cuando el alumnado se va forjando a sí mismo además del camino que pretende recorrer en su vida. Por tanto, si el alumnado no sabe superar los fracasos que le vayan surgiendo, es posible que adquiera el rol de fracasado, aunque realmente no sea la realidad. Por todo esto, considero que la mejor forma de tocar este tema sería utilizando la música y la expresión. Es decir, se trataría de que cada alumno comunicara su miedo más profundo con la intención de que con la música puesta por el docente, el alumnado se concentre en ese miedo mientras expresa con su cuerpo lo que siente. A la misma vez, el docente intentará guiar a todo el alumnado por el buen camino a través de palabras coherentes y seguras.
- **Valores:** Para este contenido no propongo una forma de tratarlo. Aclaro esto, porque este contenido es muy relativo y a diferencia de los demás contenidos, debe estar presente en cada sesión que se lleve a cabo ya que los valores son algo que se educan en el día a día.

- **Socialización a través del juego:** Con este contenido, intento que se lleve a cabo un lugar en la escuela de socialización de todos con todos. Aunque es cierto que el alumnado en esta edad interacciona sin dificultad, en ciertas ocasiones se producen circunstancias en las que ciertos alumnos se quedan marginados. Pues bien, para evitar esta situación propongo crear un “lugar de encuentro” en el que el alumnado esté obligado a interactuar con todos los miembros del grupo de manera que todos se conozcan bien y que no haya nadie que quede marginado.

En cuanto a los componentes que plantean algunos autores, creo que es demasiado inflexible proponer una serie de componentes y habilidades que debe tener la Inteligencia Emocional en la Etapa de Educación Primaria. Considero esto, porque como futura docente opino que cada alumno y alumna tendrá unas habilidades fuertes y débiles, y que en la mayoría de las ocasiones, suelen ser distintas de un alumno a otro. Por tanto, considero oportuno dejar este ámbito abierto y fijar esos criterios en función de las necesidades que presente nuestro alumnado, ya que de esta manera, no sólo les dejaremos libertad para expresar y sacar todo el potencial que tienen dentro, sino que además no los estaremos condicionando a sacar algo que tal vez no tengan. Sin embargo, pienso que lo que sí se debe incentivar es la actitud positiva del alumnado. Es decir, aunque no se prefijen los componentes y habilidades, se debe intentar por todos los medios que el alumnado desarrolle una actitud positiva, no solo ante el colegio o las actividades, sino ante la vida y los problemas, ya que teniendo una actitud positiva todo se supera con más facilidad.

Por otro lado, reflexiono sobre el concepto del término de Inteligencia Emocional que dan diversos autores, cada uno aportando su propia idea, y de todas esas definiciones extraería una mezcla de dos de ellas que desde mi visión objetiva, creo que es la que define la Inteligencia Emocional de la manera más completa posible. Esa definición está basada en el modelo de Mayer y Salovey (1997) y en el modelo de Goleman (1995). Si mezclamos ambas definiciones, obtendríamos lo siguiente: **La inteligencia emocional es la percepción y regulación de las emociones y pensamientos que con el aprendizaje adecuado es capaz de desarrollar la competencia emocional.**

Para finalizar y concluir con la parte final de este apartado, se procederá a meditar sobre el instrumento de evaluación utilizado para el término de Inteligencia Emocional a través de la Expresión Corporal en Educación Primaria.

En un primer momento, me gustaría reflejar que la elección de un instrumento de evaluación para medir los conocimientos del alumnado con respecto a este tema, es algo complicado de llevar a cabo teniendo en cuenta que la Inteligencia Emocional se mide a través de test basados en ítems y la Expresión Corporal, en la mayoría de las ocasiones, se mide a través de la observación.

Sin embargo, basándome en el punto de vista de futura docente, considero que el instrumento elegido debe relacionar a ambas dimensiones de manera que no sean evaluadas por separado una de otra. Por tanto, considero que el método más adecuado sería la observación sistemática de manera modificada. Este instrumento consiste en la elaboración de una tabla con unos ítems determinados por parte del docente. Esa tabla se rellena únicamente por el docente bien al finalizar cada sesión o al final de semana para hacer un balance general. Dichos ítems se aplican a todo el alumnado de la misma manera. Por ello, dichos ítems contendrán aspectos de la Inteligencia Emocional y de la Expresión Corporal. En el contenido de Expresión Corporal se podrá aplicar ítems más específicos y concretos ya que evalúa el movimiento de cada alumno. En cambio, el contenido de Inteligencia Emocional contendrá ítems más generales que anotará el profesor según su observación, y otros ítems más específicos basándose en la percepción del alumnado sobre sí mismo. Para que el profesor pueda introducir en dicha tabla los ítems relacionados con la percepción del alumnado sobre sí mismos, el docente proporcionará a cada alumnado un test con dichos ítems que deberán rellenar y entregar al finalizar cada sesión.

7. CONCLUSIONES, IMPLICACIONES Y LIMITACIONES

En este apartado final del proyecto, se procederá a mostrar las conclusiones extraídas del mismo, así como las dificultades y los cambios surgidos en todo el transcurso del trabajo fin de grado, finalizando con la forma de la puesta en práctica de dicha propuesta. Además, es de gran relevancia señalar si los objetivos propuestos al comienzo de dicho trabajo se han cumplido con éxito o se han logrado otros objetivos no planteados.

En primera instancia, trataremos las conclusiones extraídas. He de reconocer que al principio del trabajo fin de grado pensaba que el tema elegido iba a resultar difícil conseguir una relación con la Expresión Corporal ya que lo percibía como dos materias distintas. En otras palabras, por un lado distinguía la Expresión Corporal y por el otro, contemplaba el término de Inteligencia Emocional, pero no los observaba como un conjunto que pudieran relacionarse. Tenía esta forma de pensar por el hecho de que el concepto de Inteligencia Emocional que conocía era totalmente distinto a la definición real del concepto. Sin embargo, decidí seguir hacia delante en esta línea hasta descubrir si era posible una relación entre ambas dimensiones o tenía que pensar en otro tema para mi trabajo fin de grado.

Cuando me di cuenta de dicha relación, llegué a la conclusión de que el contenido de Expresión Corporal del área de Educación Física puede ir más allá del cuerpo y del movimiento. Con esto quiero transmitir que a este contenido se le puede sacar mucho más potencial si se trata y se percibe de una manera distinta.

Como bien se ha comentado en apartados anteriores de este trabajo fin de grado, la Expresión Corporal actual es percibida como una forma instantánea de mejorar la expresión del cuerpo junto con su movimiento, y en algunas ocasiones, se relaciona con el trabajo de las emociones. Sin embargo, tras haber realizado esta investigación, he podido llegar a la conclusión de que si el docente de Educación Física percibe el contenido de Expresión Corporal como algo importante, es posible conseguir esa relación entre Inteligencia Emocional y Expresión Corporal.

Además, el término de Inteligencia Emocional es algo que se consigue a largo plazo puesto que debe ser educado de manera correcta. Por ello, si el docente se plantea este reto desde comienzo de curso, los resultados al finalizar el año serán muy productivos, tanto para el profesional por haber logrado un gran beneficio para su alumnado, como para el alumnado por haberse forjado un futuro mucho mejor.

Otra conclusión que extraigo de este proyecto se basa en mi pensamiento como futura docente. Desde que decidí ser maestra de Educación Primaria, tuve la idea de que cuando lleve a cabo mi labor como docente, me tomaría como reto crear en mis alumnos la capacidad de autocrítica, es decir, crear personas que piensen por sí mismas. Pues bien, gracias a este trabajo he podido deducir que todo lo que tenía pensado tomar como un reto en mi futuro profesional se puede conseguir gracias a la Inteligencia Emocional. Por ello, propondría la idea de que se introdujera el término de Inteligencia Emocional en la Educación Primaria en su etapa correspondiente. Esto es así, ya que el alumnado no consigue el éxito a base de explicaciones, definiciones conceptuales y ejercicios de libro, sino que el alumnado es capaz de aprender mucho más si se le educa en el conocimiento de dimensiones más complejas como sus propias emociones o la de los demás. Es cierto que sin esos conocimientos bases el alumnado no puede promocionar de curso. Por eso debemos introducir el término de Inteligencia Emocional en la Etapa de Primaria, y que mejor manera que introduciéndolo en la asignatura favorita de nuestro alumnado, el área de Educación Física.

La asignatura de Educación Física es aquella que permite a nuestro alumnado el poder despejarse, entretener, motivarse y entretenerse. Por tanto, es la mejor opción para implantar esta propuesta ya que permite un máximo acercamiento que las demás materias no conseguir emerger.

En cambio, si percibimos la Inteligencia Emocional fuera del contexto educativo, he podido extraer la idea de que permite resultados más exitosos en una persona educada bajo este término que en una persona educada sin este término. En otras palabras, a través de la Inteligencia Emocional, una persona es capaz de encaminar su vida hacia el éxito a pesar de disponer pocos recursos para conseguirlo gracias al poder de su mente.

Este concepto se basa en hacer que una persona sea capaz de controlarse a sí misma en casi todos los aspectos, al igual que comprender la demás personas, por lo que se puede conseguir que una persona muestre una actitud más favorable y optimista, lo que significa que su motivación atraerá el logro de esos retos planteados.

En cuanto a los objetivos planteados al comienzo de este trabajo fin de grado puedo decir que el objetivo principal ha sido logrado ya que he podido recoger un modelo que trabaje la Inteligencia Emocional a través de la Expresión Corporal en la Educación Primaria. Además, he podido proporcionar en el marco teórico una etapa concreta para su aplicación que correspondería con el tercer ciclo de la Etapa de Educación Primaria.

Sin embargo, no he podido conseguir con éxito el logro de todos los objetivos secundarios propuestos. En otras palabras, la mayoría de ellos han sido logrados, pero uno se me ha resistido sin éxito final. Dicho objetivo no conseguido se basa en recopilar información de un modelo que trabaje la Inteligencia Emocional a través de la Expresión Corporal. Mi hipótesis ante este aprendizaje ha sido que el término de Inteligencia Emocional siempre ha estado vinculado a la rama de la psicología y filosofía, pero nunca se ha vinculado con la Educación. En definitiva, ningún autor propuso educar la Inteligencia Emocional desde la escuela. Por tanto, al no estar contemplado por ningún autor, no he podido encontrar ningún artículo, libro o investigación que relacionase la Inteligencia Emocional con la Expresión Corporal.

Si nos centramos en las limitaciones encontradas a lo largo de este trabajo fin de grado, a continuación puedo plasmar algunas de ellas.

En un primer momento, mi tema propuesto para este trabajo fin de grado era métodos y/o técnicas para trabajar las emociones a través de la Expresión Corporal. Tenía este tema en pensamiento ya que pretendía ofrecer una variedad de métodos y/o técnicas para que el docente de Educación Física pudiese llevar a la práctica en el trabajo de las emociones. Posteriormente, cuando empecé a investigar sobre dicho tema me di cuenta que la palabra “emociones” no contenía exactamente aquellos puntos que yo quería tratar, sino que contemplaba simplemente emociones como alegría, tristeza o estrés entre otras muchas. Por tanto, tras una tutoría con mi tutor académico, llegué a la conclusión de que lo que realmente quería tratar se llamaba Inteligencia Emocional y no emociones. Aquí surge el primer cambio del tema de mi trabajo. En esta fase mi tema sería: métodos y/o técnica para trabajar las Inteligencia Emocional a través de la Expresión Corporal.

No obstante, modifiqué mis objetivos planteados así como la metodología y continué investigando para mi trabajo fin de grado. Fue en esa etapa de investigación cuando percibí que la propuesta de unos métodos y/o técnicas era incorrecta por el hecho de que la Inteligencia Emocional había sido introducida y tratada a través de modelos y no de métodos y/o técnicas. Por tanto, decidí cambiar nuevamente mi tema por: Modelo para trabajar la Inteligencia Emocional a través de la Expresión Corporal. No obstante, al seguir investigando en rumbo a este nuevo tema, tuve que cambiar el camino de mi trabajo fin de grado. En otras palabras, cuando opté por el primer cambio del tema de este proyecto seguía con la idea inicial de realizar una investigación sobre autores y entablar una especie de “conversación” entre ellos en el apartado de resultados. Sin embargo, al descubrir que no existía ningún modelo propuesto sobre el trabajo de la Inteligencia Emocional a través de la Expresión Corporal, pensé en estructurar ese apartado de otra manera. Al carecer de información, ese apartado se quedaba incompleto al no poder ofrecer lo que el propio tema mostraba. Por tanto, preferí seguir con la idea inicial pero añadiéndole una propuesta propia basada en un modelo que trabajase la Inteligencia Emocional a través de la Expresión Corporal analizando todos los modelos de la Inteligencia Emocional y seleccionando las verdaderas características útiles para ser tratado a través de la Expresión Corporal.

Como segunda limitación en el camino de este maravilloso trabajo, puedo reflejar el hecho del material. Normalmente, gracias a las nuevas tecnologías, podemos hacer uso de una gran variedad de contenido e información a través de la red utilizando desde bases de datos hasta bibliotecas online o incluso libros subido por otras personas. Pero sorprendente, en el caso de la información utilizada en algunos momentos de este trabajo fin de grado, no ha sido así. En el caso de este proyecto, he tenido que utilizar libros de textos conseguidos en bibliotecas de universidades ya que por la red esos libros eran inaccesibles por el hecho de desconocerse la fuente o por aparecer alterados. En síntesis, la red se ha utilizado únicamente para la utilización de diversos artículos, consulta de las leyes educativas y búsqueda de conceptos en el diccionario de la Real Academia Española.

Sin duda, me gustaría destacar que a pesar de estas dificultades encontradas, este trabajo me ha cambiado la forma de pensar con respecto a la Inteligencia Emocional. Además, me ha hecho ver que pese a la poca esperanza que tenía al comienzo del mismo sobre una posible relación entre ambas áreas, es posible que el contenido de Expresión Corporal y el término de Inteligencia Emocional trabajen juntas y vayan de la mano para obtener resultados beneficiosos y útiles para nuestro alumnado, no solo en el contexto educativo, sino en su rutina diaria, y si vamos más allá podríamos decir que incluso en el camino hacia un futuro mejor.

Para cerrar la investigación realizada en este trabajo fin de grado, se procederá a plasmar la forma en la que el modelo propuesto para el trabajo de la Inteligencia Emocional a través de la Expresión Corporal se lleva a la práctica en el tercer ciclo de la Etapa de Educación primaria.

En primer lugar, es necesario aclarar que este modelo propuesto se llevará a cabo a través de un contenido del área de Educación Física. No obstante, algunos aspectos de ese modelo se aplican desde la primera sesión que se lleve a cabo al comienzo del curso de la asignatura de Educación Física. Por tanto, se puede clasificar este modelo como una forma continua de aprendizaje.

Pues bien, después de aclarar lo anteriormente explicado, se procederá a reflejar los detalles de la puesta en práctica de dicho modelo.

En cuanto a los contenidos propuestos, se debería dedicar una sesión a cada contenido utilizando la metodología y técnica propuesta en el apartado de “resultados y discusión de hallazgos”. De esta forma, cada uno de esos contenidos cuenta con una sesión de sesenta minutos para que el docente comience el camino hacia esta nueva perspectiva. Si bien es cierto que cada uno de estos contenidos se debe ir introduciendo (en las sesiones que sean posibles), de forma inconsciente para el alumnado, con la finalidad de que los alumnos y las alumnas traten el término de Inteligencia Emocional de manera superficial. Con esto estaremos iniciando una aproximación o introducción con el modelo propuesto. Posteriormente, cuando llegue el momento de impartir el contenido de expresión corporal, es el momento de tratar cada uno de esos contenidos de manera explícita y lo más profunda que se pueda, para que el alumnado sea totalmente consciente de la materia de que está enseñando.

En cuanto al instrumento de evaluación propuesto en el apartado de “resultados y discusión de hallazgos” de este trabajo fin de grado, considero conveniente aplicar dicha tabla de observación con todos los contenidos que se lleven a cabo en el área de Educación Física. Además, pienso que desde la primera sesión de la materia de Educación Física, se debe repartir la hoja de autoevaluación de cada alumno y alumna, para que cuando llegue el momento de realizar la autoevaluación de la Inteligencia Emocional, el alumnado no lo entienda como un examen que le pueda suponer un aprobado o un suspenso. Para conseguir que el alumnado no vea las hojas de autoevaluación como una forma de aprobado o suspenso, en la primera sesión de la materia en la que se le explica las normas de clase, comportamientos, reglas a seguir y los materiales necesarios como un neceser con gel y toalla para el aseo, se debe explicar la metodología que supone la asignatura así como la finalidad y el valor que adquieren cada hoja de autoevaluación planteadas para cada una de las sesiones de la materia.

Además, con el empleo de las hojas de autoevaluaciones empleadas en cada una de las sesiones de la materia, podemos observar si el alumnado presenta unas características acordes a la observación del docente, o si realmente el alumnado está alterando los resultados. En el caso de que el docente crea que el alumnado está alterando los resultados, el profesional pedirá al alumnado que explique el motivo de su propia consideración sin comunicarle las creencias del docente, y si fuese necesario, el docente puede pedir al alumnado que demuestre los resultados con pequeños ejercicios (dependiendo del contenido), para observar el estado de dicha habilidad.

Desde mi punto de vista, soy consciente que esta forma de empleo del modelo propuesto requiere de mucha implicación por parte del docente. Sin embargo, creo que con una buena implicación y motivación hacia un nuevo reto es posible conseguirlo. Además, los resultados obtenidos supondrían una mayor compensación para el trabajo del profesional del área de Educación Física.

8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ✚ Abarca Mora, S. (1992). *Psicología del niño en la edad escolar*. Costa Rica: Editorial Euned.
- ✚ BOE N° 307. Ley Orgánica 10/2002, de 23 de diciembre, de Calidad de la Educación.
- ✚ BOE N° 106. Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación
- ✚ Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.
- ✚ Bizquerra Alzina, R. (2005). “La Educación Emocional en la formación del profesorado”. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*. 19 (3). 95-114.
- ✚ Bisquerra Alzina, R., Pérez González, J.C. & García Navarro, E. (2015). *Inteligencia emocional en educación*. Madrid: Editorial Síntesis.
- ✚ Blanco Vega, M.J. (2009). Enfoques teóricos sobre la expresión corporal como medio de formación y comunicación. *Iberoamericana Institución universitaria*. Volumen 11 (1), 15-28.
- ✚ Castillo Viera, E. & Rebollo González, J.A. (2009). Expresión y Comunicación corporal en Educación Física. *Revista Wanceulen E.F. Digital*. (5). Recuperado en <http://www.wanceulen.com/revista/index.html>.
- ✚ Codina, M.T. (2003). *Emociones y educación: Qué son y cómo intervenir desde la escuela. Cuando las emociones son determinantes*. España: Graó.
- ✚ Contreras, O.R. (2000). *El profesor de Educación Física: antecedentes y paradigmas dominantes en su formación*. En O. R. Contreras, (Coord.), La formación Inicial y Permanente del profesor de Educación Física. Castilla-La Mancha: Universidad de Castilla-La Mancha.

- ✚ Extremera Pacheco, N., Fernández-Berrocal, P., Mestre Navas, J.M. & Guil Bozal, R. (2004). Medidas de evaluación de la Inteligencia Emocional. *Revista Latinoamericana de Psicología*. Volumen 36 (2). 209-228.

- ✚ García, H.M. (1997). *La formación del profesorado de Educación Física: problemas y expectativas*. Barcelona: INDE.

- ✚ Ley Orgánica 1/1990 de 3 de octubre (B.O.E. de 3 de octubre de 1990).

- ✚ Ley Orgánica 8/1985, de 3 de julio, reguladora del derecho a la educación.

- ✚ Llopis, A. (2005). Reflexiones: La Expresión Corporal en el Aula de Educación Física. *II Jornadas Regionales de Expresión Corporal*. Cádiz. 19-24.

- ✚ Lozano, J.J. (2007). Mejora de la formación inicial del profesorado especialista en Educación Física a través de la investigación acción colaborativa (Tesis doctoral). Universidad de Extremadura, Cáceres. Recuperado de la base de datos Dialnet.

- ✚ Medinilla Durán, C. (2007). “La Inteligencia Emocional”. *Revista Digital: Innovación y experiencias educativas* (22).

- ✚ Montávez Martín, M. (2012). La Expresión Corporal en la realidad educativa (tesis doctoral). Universidad de Córdoba, Córdoba. Recuperado de la base de datos Dialnet.

- ✚ Motos, T. (1983). *Iniciación a la Expresión Corporal*. Barcelona. Humanitas.

- ✚ Orden de 17 de Marzo de 2015, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la Educación Primaria en Andalucía.

- ✚ Pérez Peral, M.A. & Pérez Romero, J.T. (1992). *Manual para maestros: Programación didáctica*. Alcalá de Guadaíra: Editorial MAD, S.L.

- ✚ Quecedo Lecanda, R. & Castaño Garrido, C. (2002). Introducción a la metodología de investigación cualitativa. *Revista de Psicodidáctica*, (14). Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=17501402>

- ✚ Real Academia Española (2012). *Diccionario de la lengua española* (22ª ed). Consultado en <http://www.rae.es/>.

- ✚ Riveiro Holgado, L. & SchincaQuereihac, M. (1995). *Expresión corporal: optativas*. Madrid: Ministerio de Educación y Ciencia.

- ✚ Rodríguez Reina, I. (2009). La Inteligencia Emocional en el proceso de Enseñanza-aprendizaje: Conceptos y componentes. *Revista Digital: Innovación y experiencias educativas* (14).

- ✚ Ruano Arriagada, K., Sánchez Sánchez, G., Cachadiña Casco, P., Learreta Ramos, B., Padilla Moledo, C., Sierra Zamorano, M.A. & Zurdo Giménez, R. (2009). *Expresión Corporal y Educación*. Sevilla: Wanceulen Editorial Deportiva.

- ✚ RUEDA, B. (2004). La expresión corporal en el desarrollo del área de educación física. Citado en Castillo, E. & Díaz, M. (2004). *Expresión Corporal en Primaria. Servicio de publicaciones*. Universidad de Huelva.

- ✚ Sánchez Núñez, M.T. (2008). *inteligencia emocional autoinformada y ajuste perceptivo en la familia. su relación con el clima familiar y la salud mental*. Albacete: ediciones de la universidad de castilla y la mancha.

- ✚ Santiago, P. (1985). *De la expresión corporal a la comunicación interpersonal*. Madrid: Narcea.

- ✚ Sierra Zamorano, M.A. (2000). La expresión corporal desde la perspectiva del alumnado de educación física (tesis doctoral). Recuperado de la base de datos Dialnet.

- ✚ Shapiro, L.E. (1997). *La inteligencia emocional de los niños. Una guía para padres y maestros*. Buenos Aires: Javier Vergara Editor, S.A.

- ✚ Stokoe, P. (1986). *La expresión corporal*. Buenos Aires: Paidós.

- ✚ Vallés Arándiga, A. & Vallés Tortosa, C. (2000). *Inteligencia emocional: Aplicaciones educativas*. Madrid: Editorial EOS

- ✚ Villada, P. (1997). *Manual del mastro especialista en Educación Física*. Coordinador F.J. Castejón. Madrid: Pila Teleña.

- ✚ Zagalaz Sánchez, M.L. (2001). *Corrientes y tendencias de la educación física*. Barcelona: INDE Publicaciones.